

*Handwritten signature*

བྱུང་གྱི་བསྐྱེད་བཅས་མེལ་ང་  
བྱུང་འབྲེལ་དབྱེངས་ཅན་  
ངག་གི་རིལ་མཆོ།



མཛུགས་པའི་ཆ་ལྟར་ལྷ་མ་འདྲ་ན་འདྲིན་ཆེན་པོ་ཞིང་ཞིང་ལ།





ཐུན་གྱི་བསྟན་བཅས་མེ་ལང་པར་ཆེན་ཟླ་  
མའི་གསུངས་བཞིན་བཀྲལ་བ་དབྱངས་  
ཅན་ངག་གི་རྩལ་མཆོ་ལེགས་བཤད་ནོར་  
བུའི་འབྱུང་ཁུངས་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།

མཆོད་བརྗོད་དང་བརྩམ་པར་དམ་བཅའ།

༄། །བྲ་གྱི་ཤུ་རྩ་བྲ་ཅ་དེ་ནི་ཤུ་རྩ་ལྔ་ཏ། །

༄། །ངག་གི་དབང་ཕྱུག་སྤྱི་བའི་ཉི་མ་ནི། །

ནི་དྲི་ཅི་བུ་ལྟེ་ད་ཡ་བ་རྒྱ་ད་ལྷིཾ

བརྒྱ་འདབ་མ་རྒྱས་པའི་སྟུན་ཡངས་གྱིས། །

ས་པ་རྒྱུ་རྒྱ་མོ་ར་ཅ་ནི་རྩ་ག་རྒྱུ། །

འགྲོ་བ་ཀུན་མཁྱེན་ས་ལ་འགོད་མཛད་པའི། །





བཟོད་མེད་བཟོད་པ་བྲལ་ཡང་བཟོད་པ་ཀུན་གྱི་རྒྱུར་  
རྒྱུར་འབྱུར་མེད་དེ་བཞིན་ཉིད་གཟིགས་པས། །

གསུང་གི་དབང་ཕྱག་འཇམ་དབྱངས་ཉིད་ཀྱང་དུར་  
སྒྲིག་གར་གྱི་རོལ་བས་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་རྒྱུར་མ། །

མགིན་མཚོར་སྤེད་ཅིང་མཉམ་པར་བཞག་བཞིན་ཆོས་  
རྒྱལ་རྒྱ་མཚོ་རྟག་འདོམས་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཆེ། །

གཙུག་ལག་ཆོས་ཀྱི་སྤང་བའི་ཞབས་རྒྱལ་སྤེད་པའི་  
འཇིགས་འཕྲོག་བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྤྱི་བོས་མཚོད། །

དེ་ཡི་དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་ལེགས་བབྱང་བའི། །

དཔལ་ལྷན་དཀྱིའི་གཞུང་ལྷགས་ངི་མེད་པ། །

འཕགས་ཡུལ་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་མོར་བུའི་  
མཛོད། །

དེང་འདིར་གངས་རིའི་ཁྲོད་དུ་བདག་གིས་དབྱེ། །

ཕྱོན་ཆད་བྱང་ཕྱོགས་འདི་ན་ཚུལ་འདིའི་གཞུང་། །

སྤྲ་བའི་ཁུར་ཆེན་ལེན་པ་མང་བྱང་ཡང་། །

ད་དུང་མ་རྟོགས་ལོག་རྟོག་རྣམས་མང་བས། །

དེ་རྣམས་དཔྱེད་པའི་རིག་པ་ཐུན་ནང་མདས། །

གཞུང་དོན་དཀའ་གནས་འབེན་ལ་རིག་པ་མེད། །

དེས་ན་ཁོ་བོ་མཁས་པའི་རྗེས་འབྲངས་ཏེ། །

ངི་མ་མེད་པའི་དག་གིས་ཐུང་ཟད་བཤད། །

དེ་ཡང་ཕན་ཕྱིར་ཡིན་གྱི་སྤང་བས་མིན། །

ཤེས་ནས་ཡིན་གྱི་སྤྱི་བརྟོལ་བསྐྱེད་དེ་མིན། །

འོན་ཀྱང་དེང་དུས་སྤྱི་བོ་རྣམ་པར་སྤོངས། །

སྤོ་སྤོན་འགའ་ཡང་སྤང་དང་ཕྱག་དོག་གིས། །

རྣམ་པར་དགྲ་གས་འདིས་ལེགས་བཤད་དོན་གཉེར་  
དགོན། །

དེ་ལྟ་ན་ཡང་དྲང་པོའི་སྤོ་ཅན་གྱི། །

མཁས་པ་སྤྱིད་ན་དེ་རྣམས་དགའ་བསྐྱེད་ཅིང་། །

ཚུལ་འདིར་འཇུག་པ་རྣམས་ལའང་ཕན་པའི་ཕྱིར། །

རང་ཉིད་སྤྱི་བའི་སྤོ་བས་པ་ཞན་མོད་ཀྱང་། །

མཁས་པའི་གསུང་གསང་བསྟེན་ལ་ཆེར་འདྲིས་པས། །

དེ་ཉིད་མ་བསྐྱེད་འདི་ན་རྣམ་པར་འགོད། །

རིག་པའི་གནས་ལྟ་སོགས་ཤེས་བྱ་སྤྱི་དགོས་པ་བསྟན་  
པ།

དེ་ཡང་སྤྱིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་ལ་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་བའི་ཆོས་ཤེས་བྱའི་གནས་ནི་མང་མོད། དེ་ལས་  
འདིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆའི་དབང་དུ་  
བྱས་ཏེ་འཆད་ན། ཐབས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱའི་  
མཆོག་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་གོ་འཕང་ཡིན་  
ལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུའི་གཙོ་བོ་རང་གཞན་གྱི་དོན་གཉིས་  
འབྱུང་བའི་གཞི། འཕྲུལ་དང་ཡུན་གྱི་ལེགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་སུ་གྱུར་པ་ནི་ཆོས་རབ་དུ་རྣམ་  
པར་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲོ་མིག་རྩལ་དང་བྲལ་བ་  
རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོ་འདིར་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོར་བ་ལ་



མཛུགས་སྤྱོད་པའི་རྒྱ་ནི་འཛིག་ལྟ་དང་མཛུགས་པར་ལྷན་  
པའི་མ་རིག་པ་ཡིན་ལ། དེའི་གཉེན་པོ་ནི་ཇི་ལྟ་བུ་དང་  
ཇི་སྟེང་པ་རྣམས་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁོ་ན་  
ཡིན། དེ་ཉིད་འཕྱོང་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ནི། མདོ་དྲིན་  
ལན་བསལ་པ་ལས། དེ་བས་ན་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་  
འཕྱོང་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རིག་པའི་དངོས་པོ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་  
པར་བྱའོ། །ཞེས་དང་། རྒྱལ་ཚབ་ཆེན་པོ་མ་ཡམས་པས།  
རིག་པའི་གནས་ལྟ་དག་ལ་མཁས་པར་མ་བྱས་  
ན། །འཕགས་མཆོག་གིས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཉིད་  
འཕྱོང་མི་འགྱུར། །དེ་བས་གཞན་དག་ཚར་བཅད་རྗེས་  
སྤྱ་བཟུང་ཕྱིར་དང་། །བདག་ཉིད་ཀྱན་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་དེ་  
ལ་དེ་བཙོན་བྱ། །ཞེས་གསུངས། ལྷང་འདིར་ཆོག་གི་ཕྱད།  
གིས་ཀྱང་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྐད་དོད་ལ་རྒྱ་དཔེར་གི་ཕྱིར་  
ཞེས་ཡོད་པར། ཁ་ཅིག་གིས། ཀློ་ཅི་དང་ཅི་ཏྲ་ཅེས་པ་  
སེམས་ཀྱི་སྐད་དོད་དུ་འབྱུང་ནས་ཅི་སེམས་ཞེས་འགྱུར་

བཅོས་པ་དང་། དེ་ལྟར་བསྐྱར་བས་རིག་གནས་ལྔ་མ་  
 ཤེས་ན་འཕགས་མཆོག་སངས་རྒྱས་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པར་ཡང་མི་འགྱུར་བེར་བའི་དོན་ཡིན་པར་  
 བྱས་འདུག་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། ཀྲི་ཞེས་པ་ཅི་ལ་འཇུག་  
 གྱུང་། ཅིང་ཅེས་པ་སེམས་ལ་མི་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 དེ་ཕྱད་ཀྱི་དོན་མང་པོར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཅིང་  
 ཅེས་པ་གལ་ཏེ་ལ་འཇུག་པ་ཡོད་གྱུང་། འདི་ནི་ཅིང་  
 ཡིན་པས་ཀྲི་དང་སྒྲེལ་བའི་ཆེ་ཅུང་བཅད་ཀྱི་དོན་ནམ་ཅི་  
 ཞིག་གི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། འོན་གྱུང་སྒྲིམ་གྱི་ལོ་རྒྱུ་  
 བས་ཀེ་རྩེ་ཅེས་པ་ཆོག་གི་ཕྱད་ཅམ་མ་གཏོགས་དོན་  
 རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པས། གིས་གྱུང་ཞེས་བསྐྱར་  
 བས་དོན་འགྱུར་པར་དགོངས་པ་ཉིད་དེ། དེས་ན་སྤར་  
 གྱི་འགྱུར་རྟིང་རང་སོར་བཞག་ན་ལེགས། དེའི་གོ་དོན་  
 ལ་ཡང་། འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཡིན་ན་ཐམས་  
 ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་གྲུབ་པས་སྤར་རིག་གནས་ལ་

བཙུན་ནས་རྣམ་མཁུན་སྐྱབ་ག་ལ་དགོས་སྟམ་པའི་  
 དྲགས་པ་མི་དགོས་ཏེ། ལྷ་འདིའི་དོན་ནི། སྒྲོན་དུ་རིག་  
 པའི་གནས་རྣམས་ལ་གོམས་ཤིང་མཁས་པ་ཞིག་མ་ཡིན།  
 འཕགས་པ་མཆོག་སངས་རྒྱས་དེ་ལ་ཐམས་ཅད་མཁུན་  
 པ་ཞེས་པའི་མཚན་འཕྲོ་པ་མ་ཡིན་ལྟ་ཞེས་འཕགས་  
 མཆོག་སངས་རྒྱས་དེ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཡིན་པའི་  
 སྐྱབ་བྱེད་དུ་སྒྲོན་རིག་པའི་གནས་ལྷ་ལ་གོམས་པར་  
 བྱས་པའི་རྒྱ་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི། འཕགས་མཆོག་སངས་  
 རྒྱས་དེ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། དེས་སྐར་  
 ཡང་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ཕྱོད་པའི་བྱིར་རིག་གནས་ལྷ་  
 ལ་སྒྲོབ་ཅིང་མཁས་པར་བྱེད་དགོས་ཞེས་སྒྲོན་པ་མ་  
 ཡིན་ལྟོ།།

བྱིར་འཕགས་མཆོག་ཅེས་པ་སྒྲོབ་མི་སྒྲོབ་གྱི་འཕགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཡོད་པས། དེའི་ཆོ་

དུ་མཁྱེན་ཟིན་ཡང་། ད་དུང་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མ་  
 ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་གོང་ནས་གོང་དུ་གོམས་ཤིང་བྱུང་པར་  
 དུ་རྟོགས་པར་བྱ་རྒྱུ་མང་བའི་ཕྱིར། འཕགས་པ་ས་ཐོབ་  
 རྣམ་རིག་པའི་གནས་ལྡེ་ལ་བཙུན་པར་བྱ་མི་དགོས་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འཕགས་པ་མཆོག་ཅེས་པ་  
 འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཆེས་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ལ་བརྗོད་པའི་སྐབས་ཤིག་དང་།  
 ཕྱིར་མི་ལྷོག་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་བརྗོད་པའི་  
 སྐབས་ཤིག་དང་། འཕགས་ས་ཐོབ་པ་ཙམ་ལ་ཞེ་སའི་  
 བད་སྒྱུར་ནས་བརྗོད་པའི་སྐབས་ཤིག་སྟེ་གསུམ་ཡིད་  
 པས་སྐབས་ཐོབ་གང་ཡིན་ལ་དབྱུང་པར་བྱ་ཡི་མཐའ་  
 གཅིག་དུ་ཞེན་པར་ཡང་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དངོས་སུ་  
 བཟློན་པའི་ཤུགས་ལས་ཆོག་རྒྱུ་གོང་མ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱ་  
 བརྗོད་པའི་ཞར་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སངས་རྒྱས་



ཉིད་རྒྱ་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱངས་པའི་འབྲས་བུར་  
ཡང་ཞར་གྱིས་བསྟན། ཀླང་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་གནས་  
སྐབས་སུའང་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔས་འགྲོ་བ་གཞན་  
དོན་དུ་ལོག་སྤྱོད་ཆར་བཅད་ལ་སྦྱང་དང་ཚད་མ། གུས་ལྡན་  
རྗེས་བབྱང་ལ་བཟོ་དང་གསོ་བ། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐམས་  
ཅད་མཆིན་པའི་གོ་འཕང་འཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུའི་གཙུག་  
ཕྱི་ནང་གི་སྤྱོད་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དེ་བཞིན་  
གསེགས་པའི་ལུང་རྣམས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རིག་  
པའི་གནས་དེ་དང་དེ་དག་ལ་བཙུན་པར་བྱ་དགོས་སོ་  
ཞེས་གདམས་པའོ།

གཞན་ཡང་ས་པརྟེ་ཏས། རང་སྤྱོད་ཤེས་བྱའི་གནས་ལ་མ་  
སྦྱངས་ན། ཐམས་ཅད་མཆིན་པ་ནམ་མཁའི་མཐའ་  
ཉར་རིང་། དེ་ཉར་དགོངས་ནས་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་སྤྱི་  
ཀྱིས། ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་སྦྱངས་ཞེས་ལེགས་པར་

གསུངས། །ཞེས་དང་། དཔང་ལ་ཆེན་པོས། རྒྱལ་བའི་  
སྤྲུལ་གྱིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ། །བསྐྱབ་པར་གསུངས་  
ཕྱིར་ཇི་སྟེད་མཁྱེན་པ་ཡི། །ཡེ་ཤེས་རྒྱ་རུ་འགྱུར་བས་  
ཤེས་ལྡན་རྣམས། །བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་བསམ་པས་  
འདི་སྤངས་རིགས། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆད་མར་གྱུར་  
པའི་ལུང་ཤིན་རུ་མང་ངོ་།

འདི་ལ་ཁ་ཅིག་འདི་སྟུམ་དུ་སེམས་ཏེ། ཟབ་མའི་དོན་ལ་  
ཅེ་གཅིག་རུ་མཉམ་པར་བཞག་ནས་བསྒྲུལ་པ་འཐད་གྱི་  
ཤེས་བྱའི་མཐའ་རྒྱ་གཅོད་དཀའ། ཆོད་ཀྱང་དགོས་པ་  
མེད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ལྟར་སྒྲུལ་པ་ལའང་གནས་སྐབས་སུ་  
གང་ཉམས་སུ་སྤང་བྱའི་སྤྲུལ་མའི་མན་ངག་དེ་ཉིད་ཙམ་  
དང་། རིམ་གྱིས་ནི་གཞན་དོན་དུ་དཀར་པོ་དགེ་བའི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པའི་སྐབས་སུ། སྤྱོད་  
འབྲུག་ལས། རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་གྱིས་མི་སྒྲོབ་པ། །དེ་ནི་

གང་ཡང་ཡོད་མེད་ཏེ། རྟེན་ལྷ་མོ་གནས་པའི་མཁས་པ་  
 ལ། བསོད་ནམས་མི་འགྱུར་གང་ཡང་མེད། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྷ་མོ་གནས་དོན་དུ་ཆོས་སོ་སོར་ཡང་དག་  
 པར་རིག་པ་དང་། དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་  
 དང་། དེས་པའི་ཆོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་།  
 སྒྲོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ། སོ་སོ་ཡང་དག་  
 པར་རིག་པ་བཞི་དང་། མཐར་ཐུག་ཤེས་བྱ་ཇི་སྟེད་པ་  
 མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་དེས་པར་སྒྲོབ་དགོས་པས།  
 འགྲོ་བའི་མགོན་པོ་གཙང་པ་རྒྱ་རྒྱ་པའི་ཞལ་ལྷ་མོ་ནས་  
 ཏེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོས་སྟོར་དུ། ཐོས་པ་རྒྱ་ཆེར་བྱ་ལོང་མེད་  
 པའི་སྒྲོམ་ཆེན་པས་ཀྱང་ཤེས་བྱ་དང་ཤེས་པར་བྱེད་  
 མཁན་ཀྱན་ལ་མོས་པར་བྱ། ཇེས་སུ་ཡི་རངས་པར་བྱེད།  
 ཐ་ན་མགར་བ་ཡན་ཆད་ལ་ཁོའི་ཐོ་བ་སོགས་ལག་པར་  
 བབྱང་། འདི་ལྷ་མོ་ལའང་མཁས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 སྟོན་ལམ་འདེབས། དེས་ཏེན་འབྲེལ་འགྲིགས་པ་ཡིན་

གསུངས། གཞན་ཡང་། རྒྱ་འབྲས་བསྐྱ་བ་མེད་པ་  
 འདི། རྩམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། རྩམ་བསྐྱ་བ་  
 པ་ལ་ཀྱན་མཁྱེན་དུ། འགྲོ་ན་རྒྱ་འབྲས་ག་ལ་  
 བདེན། ཞེས་དང་། རྩི་རྩི་རྩི་འབྲེལ་ལས། རྒྱ་འབྲས་དེ་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ཡི། རྩམས་བྱ་ཐམས་ཅད་དུ་མཐོང་གི། ཀོ་ཏ་  
 པ་ཡི་ས་བོན་ལས། རྩི་ལུའི་འབྲས་བྱ་འབྲུང་བ་  
 མེད། ཞེས་དང་། རྩི་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱིས། དེ་འབྲེལ་ས་བོན་  
 ཐམས་ཅད་ལས། རྒྱ་དང་འབྲས་བའི་འབྲས་བྱ་  
 འབྲུང་། རྩི་བོན་མེད་པར་འབྲས་ཡོད་པ། རྩིས་ལྷན་  
 གང་གིས་བསྐྱབ་པར་རུས། ཞེས་རྒྱ་རིགས་འབྲས་ལས་  
 འབྲས་བྱ་རིགས་འབྲས་འབྲུང་བའི་ཚུལ་འདི་ནི་འཇིག་  
 ཏིན་གྱི་ལྷགས་དང་ཡང་མཐུན་པའི་བྱེད་རྒྱ་ཤེས་བྱའི་  
 གནས་ཀྱན་ལ་མ་ཆོངས་པར་སྐྱངས་པས། འབྲས་བྱ་  
 རྩི་པ་ཐམས་ཅད་ཅད་མཁྱེན་པ་འཕྲོ་བ་པར་རིག་པས་  
 ཀྱང་འབྲུབ་སྐྱ་བ་ཉིད་དོ། གཞན་ཡང་རྩི་སྐྱབ་ཞབས་



གྲིས། ཐ་སྙད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་  
རྟོགས་མི་ནུས། །དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། །ཟྱ་  
ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། མཛོད་ལས།  
ཚུལ་གནས་ཐོས་དང་བསམ་ལྡན་པས། །སྒྲིམ་པ་ལ་ནི་  
རབ་ཏུ་སྒྱུར། །ཞེས་དང་། ཀུན་མཁྱེན་བསྟན་པའི་ཉིན་  
བྱེད་གྲིས་ཀྱང་། གང་དག་རིག་ལམ་དྲང་པོར་རྟེན་  
བཀོད་ནས། །དྲི་མེད་རྒྱལ་བའི་གསུང་གི་ཆོག་དོན་  
ལ། །སྒྲོ་བྱོས་ཡངས་པས་འཇུག་པར་འདོད་པ་དག །འདི་  
དང་འདི་འདྲའི་ལེགས་བཤད་དགའ་བས་  
བསྟེན། །འགའ་ཞིག་ཐ་སྙད་ཁོ་ན་སྤྱར་ལེན་ཞིང་། །དེ་  
བཞིན་ཉིད་མཁའ་འདྲ་ཐ་སྙད་འདོམ་གྲིས་འཇུག། །འགའ་  
ཞིག་ཐ་སྙད་ཐེམ་སྐས་མ་འཛོགས་པར། །ངེས་དོན་ཁང་  
བཟང་རྩེ་མོར་བགྲོད་ཅེས་སྒྲིམ། །མཐའ་དེ་གཉི་གའང་  
མཁས་པས་སྙད་པའི་བྱིར། །སྐལ་བཟང་འགའ་ཞིག་སྤྱིད་  
ན་རིག་ལམ་འདིར། །བྱོན་ནས་ལེགས་བཤད་ལྗེ་བླ་མིག་

བཟང་ཐོགས་ཏེ། །ངེས་ལེགས་སྒྲིང་པོའི་གནས་སུ་བདེར་

འཇུག་མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན།

བྱེ་བྲག་རིག་པའི་གནས་ཕྱན་དང་སྒྱུ་རྩལ་སྐད་རིགས་

སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་བསྟན་པ།

དེ་ལྟ་ན་ཤེས་བྱའི་མཐའ་ལ་ཐུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་དེ་

ཀྱན་བསྐྱབས་ནས་མ་ལུས་པར་ཤེས་པའི་དུས་མེ་སྤྱིད་

པ་དང་། རྒྱ་མཚན་དེས་ན་འབྲས་བུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་

མཐུན་པ་ཐོབ་པའང་མེ་སྤྱིད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མ་

ཡིན་ཏེ། ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་རྣམ་པ་མང་པོ་དེ་དག་

ལས་གཙོ་བོ་བསྐྱུ་བའི་རྩལ་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་

གནས་ཀྱི་རིག་པའི་གནས་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་ན་གཞན་

རྣམས་ཞར་ལ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་དང་། འབྲས་བུ་

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཀྱང་ངེས་པར་འཐོབ་

པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་ཀྱང་གང་ཞེ་ན། འདུལ་

བ་ལྷུང་གི་མའི་རྣམ་འབྱེད་དབྱར། འཕགས་པ་འོད་  
 སྤང་ཆེན་པོའི་གཏམ་རྒྱུད་ལས་བརྒྱུ་མཁས་ཏེ་རིག་པའི་  
 གནས་བཅོ་བརྒྱུད་ལ་ཡང་མཁས་པར་གྱུར་པ་འདི་ལྟ་  
 རྟེ། གསང་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་། ཆོ་ག་ཞིབ་མོ་དང་།  
 གཏན་ཆོགས་ཀྱི་རིག་པ་དང་། རིག་བྱེད་དང་། བརྒྱ་  
 སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་པར་སྤྱོད་བ་དང་། ཤེས་གསལ་  
 དང་། དེས་པའི་ཆོག་དང་། སྤྱོད་སྤྱོད་མཁས་པ་དང་།  
 སྤྱོད་མའི་རིག་པ་དང་། རྟོགས་བྱེད་ཀྱི་རིག་པ་དང་།  
 རྒྱུང་ལྷུང་གི་རིག་པ་དང་། ཆེར་སྤྱོད་ཀྱི་རིག་པ་དང་།  
 འཇིག་རྟེན་རྒྱུང་འཕེན་པའི་རིག་པ་དང་། བྱེ་བྲག་པའི་  
 རིག་པ་དང་། རྒྱུད་རྒྱུག་རྒྱུ་པ་དང་། རྒྱུར་མེད་ཀྱི་རིག་  
 པ་དང་། གནས་འདུག་གི་རིག་པ་དང་། རིག་པའི་  
 གནས་བཅོ་བརྒྱུད་པོ་འདི་དག་ལ་སྤྱོད་ཤིན་ཏུ་རྩོམ་  
 གྱུར་ཏོ། །ཞེས་དང་། མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས། རོལ་མོ་  
 འབྲིག་ཐབས་འཛོལ་ཕྱིས་གྲངས་དང་སྤྱོད་ །གསོ་དབྱུང་

ཆོས་ལྷགས་བཟོ་འཕྲང་གཏན་ཆོགས་དང་། རྣལ་  
 འབྱོར་ཐོས་པ་དྲན་པ་སྐར་མའི་དབྱང་། རྩིས་མིག་  
 འཕྱུལ་འཁོར་སྒྲོན་རབས་སྒྲོན་བྱང་རིག་། འདི་དག་རིག་  
 པའི་གནས་ཆེན་བཙུག་པ་བརྒྱད་ཡིན། ཞེས་དང་། རྩིས་  
 རབས་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་དུ་སྒྲོབ་དཔོན་རྒྱ་གྲིའི་རིག་  
 པའི་གནས་བཙུག་འདི་ལྟ་སྟེ། རོལ་མོ་དང་། འབྲིག་  
 ཐབས་དང་། འཆོ་རྩིས་དང་། གྲངས་ཅན་དང་། སྒྲ་དང་།  
 གསོ་བའི་དབྱང་དང་། བཟོ་དང་། འཕྲང་དབྱང་དང་།  
 གཏན་ཆོགས་ཀྱི་སྒྲོར་བ་དང་། རྣལ་འབྱོར་ཐོས་ཤིང་  
 དྲན་པ་དང་། སྐར་མའི་དབྱང་དང་། རྩིས་དང་། མིག་  
 འཕྱུལ་དང་། སྒྲོན་གྱི་རབས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱེ་བྲག་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་གྱི་ཕྱིང་བ་པ་དང་། རིག་པའི་བརྟན་  
 བཙུག་ཡོངས་སུ་བཏགས་པའི་ཞེས་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་  
 བར་བཤད་པ་དག་དང་། ལུང་ཕྱན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་  
 སྒྲོབ་དཔོན་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཛད་པར། རོལ་



མི་འི་མཆན་ཉིད་སྒྱུ་མ་དང་། འགྱེད་སྒྱུ་བས་དང་ནི་མེ་  
ཏྱིག་ལས། །དམག་རྣམས་དང་ནི་བདག་ཉིད་  
ཤེས། །གཡོས་སུ་བྱ་བ་རྣམ་པར་ངེས། །ཆོང་དང་ཞོར་ནི་  
བསྒྱུར་བ་དང་། །རྒྱན་དང་སྒྲག་རྩིས་བཅུད་ཀྱིས་  
ལེན། །འབྲུལ་འཁོར་སྒྱུར་དང་དྲི་བ་དང་། །འཕྱང་  
དབྱུད་དང་ནི་ཆེ་སྒྱུར་སྒྱ། །ཡི་གེ་དང་ནི་ཁ་སྐད་  
དང་། །རང་རང་བཟོ་དང་མཆོན་རྣམས་བརྟག་གཙོད་  
ཐབས་དང་ནི་སོག་ལེ་དང་། །ཕུབ་རྣམས་སྒྲོར་བར་བྱེད་  
པ་དང་། །སོང་དང་འོང་བ་ཤེས་པ་དང་། །གཞི་ཡི་  
མཆན་ཉིད་ཤེས་པ་དང་། །མདུང་དང་རྩྭ་རྩྭ་བརྟག་པ་  
དང་། །ལྗེ་སོ་དག་གི་མཆན་ཉིད་དང་། །ཟུག་རྩྭ་འབྱིན་  
དང་མིག་འབྲུལ་དང་། །སྒྲ་ར་ཏ་ཡི་བསྒྱུར་བཅོས་  
ཤེས། །བཅིངས་དང་ཁང་པ་བརྟེན་མ་དང་། །དེ་  
བཞིན་རྩྭ་རྩྭ་འཕང་བ་དང་། །ཡན་ལག་མཉེ་དང་མོ་  
འདེབས་དང་། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་ཀྱན་འཛིན་དང་། །དུང་

གི་སྒྲི་དང་སྒྲི་བ་སྒྲི་དང་། ཤོང་རྒྱ་དང་ནི་སྒྲི་གས་  
 འདྲ་དང་། མཚན་མོ་ཚམ་རྒྱ་གས་ཤེས་པ་དང་། བྱིས་པ་  
 རྒྱ་གས་ནི་གས་པ་དང་། མི་རྒྱ་གས་གཉིད་ཀྱིས་ལོག་པ་  
 དང་། སྒྲི་རྒྱ་གས་དབྱེ་བར་བྱ་བ་དང་། སྒྲི་དང་ས་རྒྱ་གས་  
 བྱེད་པ་དང་། སྒྲི་ས་པ་བྱེད་མེད་རྒྱ་དང་ནི། སྒྲི་པའི་  
 མཚན་ཉིད་གར་སྒྲི་བ་དང་། འབྱུང་པོ་དག་ནི་གས་པ་  
 དང་། བྱེད་ས་མ་འཁར་བ་གསར་དག་དང་། ཤིང་དང་  
 དུང་གི་མེད་ཤེས་དང་། རི་མོ་ཚམ་དང་ས་དག་གི་ལས་  
 རྒྱ་གས་དེ་དག་གོ་རིམ་བཞིན། སྒྲི་མའི་མཚན་ཉིད་  
 ཤེས་པ་དང་། མཚན་མ་ཤེས་པ་ཉིད་དང་ཡང་། རིས་  
 པའི་ཚོག་གི་གཞུང་རྒྱ་གས་ཀྱིས། སྒྲི་རྒྱ་དུག་རྒྱ་རྒྱ་  
 བཞིར་ཤེས། བཞིས་དང་། བྱེ་བྱག་རྒྱ་གས་བྱེད་དུ། བཟོ་ལ་  
 སྒྲི་གས་པར་གཏོགས་པ་སྒྲི་རྒྱ་རྒྱ་ རིས་མའི་བྱེ་བྱག་བཟོ་  
 བཟུང་། སྒྲི་དབྱུངས་ཀྱི་རིས་པ་བདུན། གར་གྱི་ཆ་བྱེད་  
 དགུའོ། རི་ལས་བཟོ་ལ་སྒྲི་གས་པར་གཏོགས་པ་སྒྲི་རྒྱ་

རྟེ། ལྷ་རྩལ། ཡི་གེ་ལག་རྩེས། གྲངས། རྩེས་ཆེན། ཐོར་  
 ཚུགས། གོམ་སྟབས། ལྷགས་ཀྱུས་བསྐྱར་ཐབས། རལ་གྱི་འི་  
 ཐབས། ཞགས་པ་གདབ་པ། མདའ་བོ་ཆེ་འཕེན་པ།  
 མདུན་དུ་བསྐྱར་བ། ཕྱིར་བསྐྱར་བ། བཅད་པ། དལ་བ།  
 དབུག་པ། རྒྱང་ནས་འཕྱོག་པ། སྒྲ་གྲགས་པར་འཕྱོག་པ།  
 གནད་དུ་འཕྱོག་པ། མི་ཚོར་བར་འཕྱོག་པ། ཚབས་ཆེ་བ།  
 མཆོངས་པ། གྲུང་གྱི་འཛིན་སྟངས། བང་རྒྱལ། བཀལ་བ།  
 སྒྲང་པོ་ཆེའི་གཉེར་ཞོན་པ། རྟ་ལ་ཞོན་པ། ཤིང་རྟའི་  
 ཐབས། མདའ་གཞུ། གྲུང་སྟོབས་དང་སུམ་ཅུ་འོ། རོལ་  
 མའི་བྱེ་བྲག་བཙུ་བརྒྱད་ནི། བློ་རྩ་བོ་ཆེ། རྩ་རྩ། རྩ་ཕྱན།  
 རྩ་ཆེན་པོ། འཁར་རྩ། བེ་མང་རྒྱུད་གཅིག་པ། རྩ་རྩ་ཁ་  
 གཅིག་པ། ལྷགས་ཀྱི་སིལ་སྒྲོལ། འཁར་བའི་སིལ་སྒྲོལ། བེ་  
 མང་རྒྱུད་གསུམ་པ། རྩ་ལུ་རྒྱུ། སིལ་སྟན། སྐྱ་དབྱངས།  
 ཕྱོག་རྩོག། རོལ་མའི་སྒྲ། བེ་མང་། སྐྱིང་བུ་དང་བཙུ་  
 བརྒྱད་དོ། སྐྱ་དབྱངས་ཀྱི་ངེས་པ་བདུན་ནི། བར་མ།

དང་སྤྱི་ལ། ས་འཛིན། དྲུག་ལྷན། ལྷ་པ། སྒོ་གསལ། འཁོར་  
 ཉན་དང་བདུན་ནོ། །གར་གྱི་ཆ་བྱང་དགུ་ནི། སྒྲིག་པ།  
 དཔའ་བ། མི་སྒྲུག་པ། དྲག་ཤུལ། བཞད་གད། འཛིགས་  
 རུང་། སྒྲིང་རྩེ། རྩམ་པ། ཞི་བ་དང་དགུ་ལོ། །ཞེས་འབྱུང་  
 བའི་སྒྲུ་ཅལ་དྲུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་ལ་སོགས་པ་རྣམ་གྲངས་  
 མང་པོར་བཤད་པ་དག་ཀྱང་རིག་པའི་གནས་ཆེན་ལྷ་  
 པོ་འདིར་ཅི་རིགས་པར་འདུས་སོ། །ཞེས་སྟོན་པར་  
 བཞེད་ནས། མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྒོ་ལས། དེ་ཡུལ་བརྟ་  
 སྒྲིང་རྟོག་གོ་དང་། །འཆོ་བ་བྱེ་ནང་རིག་ཅེས་  
 བྱ། །གཞན་ལས་གཞན་དག་རྣམ་བཤད་པ། །འདི་ཡི་  
 རང་དུ་འདུས་ཞེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པར་འདུག དེ་  
 ལས་སྒྲི་དང་ཆད་མས་ཆོག་དོན་ལ་འབྱུལ་པ་ཆར་  
 གཙོད། བཟོ་དང་གསོ་བས་གདུལ་བྱ་སྒྲི་དང་བྱེ་བྲག་  
 རྩེས་སུ་འཛིན། རང་དོན་རིག་པས་བདག་ཉིད་ཀྱན་  
 མཁྱེན་སྒྲུབ་པའི་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱེད་



བས་ན། ཚར་བཅད་རྩེས་འཛིན་ཀུན་མཁྱེན་གྱི་རིག་  
 གནས་གསུམ་དུ་ཡང་འདུས་པར། རྒྱན་གྱི་ལྷང་། དེ་བས་  
 གཞན་དག་ཚར་བཅད་རྩེས་སུ་བབྱུང་ཕྱིར་  
 དང་། །བདག་ཉིད་ཀུན་ཤེས་བྱ་ཕྱིར་དེ་ལ་དེ་བཙུན་  
 བྱ། །ཞིས་པས་གསལ་བ་ཡིན། ཡང་དེའི་སྟེང་དུ་རིག་  
 གནས་ཆུང་བ་ལྔ་བསྒྲུན་ནས་རིག་པའི་གནས་བཅུ་ཕྲག་  
 དུ་འདྲེན་པ་ལྟར་ན། འཕགས་ཡུལ་མཁས་པའི་དག་  
 རྒྱན་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ནི།  
 སྤྱི་ཤེས་ན་དོན་ལ་མི་ཚློངས། ཚོག་རྒྱན་ཤེས་ན་སྟན་དག་  
 ལ་མི་ཚློངས། མངོན་བརྗོད་ཤེས་ན་མིང་ལ་མི་ཚློངས།  
 རྟེན་སྦྱར་ཤེས་ན་ཚིགས་བཅད་ལ་མི་ཚློངས། རྩོམ་གར་  
 ཤེས་ན་སྐད་རིགས་ལ་མི་ཚློངས། ཞིས་བྱ་བ་དེ་རྣམས་  
 ཡིན། འོན་ཀྱང་བར་སྐབས་སུ་དག་རྒྱན་འཁྱུག་ནས་  
 སྟན་དག་ཤེས་ན་ཚོག་རྒྱན་ལ་མི་ཚློངས། ཞིས་བྱིས་པ་ནི་  
 རྒྱ་འབྲས་གོ་སྟོན་པར་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་སོ། །གཞན་

རྣམས་གོ་སྒྲིག་སྒྲིག་གར་ཤེས་ན་སྐད་རིགས་ལ་མི་སྒྲིངས་  
 པའི་དོན་སྒྲིག་གར་བྱེད་པའི་ཆོ་མདོ་འཛིན་པ་དང་།  
 ཆས་སུ་འབྱུག་པ་དང་། བཞད་གད་མཁན་དང་། རོལ་  
 མོ་ལ་སོགས་ཀྱིས་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱེན་ལ་སོགས་  
 ལྟའི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་དེ་དག་སྤྱི་ཏའི་སྐད་དུ་  
 གཏམ་སྒྲིག་ཞིང་སྒྲིག་སྒྲིང་བ་དང་། མ་ག་རྣེ་ལ་སོགས་པ་  
 མའི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་དང་། བུད་མེད་ཀྱི་བཟོད་པ་  
 ཡལ་ཆེ་བ་ལྟ་བུ་ཏེ་སྐད་དང་། བཞད་གད་མཁན་སོགས་  
 ཀྱིས་སྐབས་བཅལ་བ་དང་། ཅོ་འདྲི་སྒྲིང་བསྒྲིང་ཡལ་  
 ཆར་ཨ་ལ་སྤྱི་ཤ་སྤྱི་བྱུང་ཆག་དང་། འབྱུང་པོ་རོ་ལངས་  
 སོགས་མི་མ་ཡིན་པའི་ཆ་ལུགས་འཛིན་པ་རྣམས་ནི་པེ་  
 ཤུ་ཅི་ཤ་བའི་སྐད་དུ་སྒྲིག་བ་སོགས་མདོར་ན་སྐད་རིགས་  
 བཞི་གས་སྒྲིག་དགོས་པས་སྒྲིག་གར་ཤེས་ན་སྐད་རིགས་ལ་  
 མི་སྒྲིངས་པའོ། །དབྱེ་བ་འདི་ནི་དབྱེ་གཞི་སྒྲིག་སྒྲིང་དུ།  
 དབྱེ་དོ་སྒྲིག་དག་སོགས་བཞི་པོ་བསྒྲིག་ནས་ལྷར་བཅི་

བའི་ལྷགས་ཡིན་ལ། ལོ་ཆེན་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲེ་  
 དང་དཔལ་སྦྱང་པ་ལ་སོགས་པས་སྒྲུ་མ་བརྩིས་པར་  
 རྩིས་རིག་བསྒྲུན་ནས་ལྷར་བཞེད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་  
 ཤིང་ཀུན་མཁྱེན་བསྒྲུན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཀྱང་འདི་ལྟར་དུ་  
 བཞེད་པ་ཡིན། འདིའི་ཁུང་མངོན་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུད་  
 ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་ཅན་འདུན་པར་བྱ་  
 བའི་ཕྱིར་གཞན་དག་ལ་སྒྲུན་པར་དངགས་པའི་བསྒྲུན་  
 བཅོས་དང་། མིང་གཅིག་ཉིད་དོན་དུ་མར་འཇུག་པ་  
 དང་། དོན་གཅིག་ཉིད་ཀྱང་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མས་  
 མངོན་པར་བཟོད་པའི་བསྒྲུན་བཅོས་དང་། རྩེ་བ་དང་  
 ཡང་བའི་ཡི་གེ་བསྒྱུར་བ་དང་སྒྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཆོགས་  
 ལུ་བཅད་པ་སྒྲེབ་པའི་བསྒྲུན་བཅོས་དང་། མདོ་འཛིན་  
 པ་དང་། བཞེད་གད་དང་། སྐད་དུ་མ་གཞན་དུ་བསྒྱུར་  
 བས་འགྲོ་བ་དགའ་བར་བྱེད་པ་སྒྲོས་གར་གྱི་བསྒྲུན་  
 བཅོས་དང་། གྲངས་གྱི་རིག་པས་གཞལ་ཏེ་ངོ་མཆར་

བར་སྟོན་པ་ཚེས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱང་བསྐབ་  
 པར་བྱ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་སྒྲ་ན་མེད་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འདོད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་གསལ་བར་བསྟན་ལ། དབྱེ་ཚུལ་སྡེ་མ་  
 དེ་མི་འཐད་པར་རིག་པས་ཀྱང་འགྲུབ་སྟེ། སྒྲ་རིག་པ་  
 རིག་གནས་ཆེ་ཆུང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་  
 ཐལ་བའི་གཞོན་པ་བསྒྲག་དུ་མེད་ཅིང་དེ་འདྲ་ཤེས་བྱ་  
 ལ་མི་སྤེད་པ་དང་། རིག་གནས་བརྒྱ་ཕྱག་གམ་ཆུང་བ་  
 རྒྱར་འདྲེན་རྒྱུའི་གངས་མ་ཚངས་བའི་ཕྱིར་དང་། ཚེས་  
 རིག་ཤེས་ན་གངས་ལ་མི་རྫོངས་པ་སོགས་དགོས་པ་  
 བྱུང་པར་ཅན་གཞན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་སྐར་  
 ཚེས་ནི་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྒྱད་ལས། ཕྱི་ནང་  
 གཞན་གསུམ་སྦྱར་བཤད་མཛད་པས་ནང་རིག་གི་ཡན་  
 ལག་དུ་བསྟུ། གཞན་རྣམས་གཞུང་འདི་ཉིད་ལས།  
 ཆོགས་བཅད་རྐང་བཞི་དེ་ཡང་ནི། བློ་རྩ་ཏི་ཞེས་རྣམ་

གཉིས། །དེ་ཡི་སྒྲིམ་པ་མཐའ་དག་ནི། །སྒྲིབ་སྒྲིབ་གཞུང་  
 ཏུ་ངེས་པར་བསྟན། །རིག་དེ་སྟན་ངག་རྒྱ་མཚོ་ནི། །ཟབ་  
 མོ་བཀལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲ། །ཞེས་པས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་  
 དང་། །སྒྲིག་དང་རོལ་དང་སྟབས་ལ་སོགས། །བཟྭ་བའི་  
 དོན་ཡིན། །ཞེས་དང་། །གང་ཡང་མཚམས་སྒྲིབ་ཡན་  
 ལག་དང་། །འཇུག་པའི་ཡན་ལག་མཚན་ཉིད་  
 སོགས། །ལྷང་གཞན་དག་ཏུ་བཟོད་འདི་ཡང་། །རྒྱན་  
 ཉིད་ཏུ་ནི་བདག་ཅག་འདོད། །ཅེས་གསུངས་པས། །སྒྲིབ་  
 སྒྲིབ་དང་སྒྲིམ་གར་གྱི་རིག་པ་གཉིས་སྟན་ངག་གི་  
 ཁོངས་སུ་འདུ་བར་དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་། །དེ་ལྟ་ན་མིང་  
 གི་མངོན་བཟོད་ཀྱང་ཆོག་རྒྱན་གྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ཤུགས་  
 ཀྱིས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རིག་ལམ་དེ་གསུམ་སྟན་ངག་གི་  
 ཁོངས་སུ་འདུའོ་ཞེས་པའང་བཤད་པའི་རྣམ་གྲངས་སུ་  
 རུང་བ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་  
 རྣམས་ལ་མ་ཚོངས་པར་བསྐྱབ་ཅིང་ཤེས་པ་དེ་ལ་

མཁས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་དོན་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་  
 ལའང་དབྱེ་ན་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་གི་དབང་གིས་འཇུག་ཚུལ་  
 རྣམས་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། ས་པ་རྒྱུ་ཏམ། མཁས་གང་ཤེས་  
 བྱའི་དེ་ཁོ་ན། །ཇི་བཞིན་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་  
 འདོད། །ཅེས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་མངོན་སུམ་སྒྲིབ་བྲལ་མ་འབྲུལ་བར་གཟིགས་པས་  
 བརྟམ་བཏགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་འབྲུལ་སྤང་གི་ཆོས་ཅན་  
 ཇི་སྟེད་པ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་མཁས་པར་གྱུར་པ་ནི་  
 མཁས་པའི་མཆོག་སྟེ། དཔལ་དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱུད་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་གསུང་སྒྲོས་གཅིག་ཤེས་ཀུན་གྲོལ་དུ་གྲགས་པ་  
 དེ་ཡིན་པས། ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཀྱིས།  
 བརྟམ་བཏགས་ཇི་སྟེད་འབྲུལ་པའི་མཚང་གཟིགས་  
 ཀྱང་། །བསྐྱེད་ཆེན་ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་གནད་མཁྱེན་  
 བྱེད། །ཐ་སྟོན་ཕྱ་མོའི་གནས་ལའང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི། །འཇུག་  
 པས་འབྲུལ་མེད་འདོམས་མཛད་སྟེ་མར་འདུད། །ཅེས་



གསུངས་པ་ཡིན། འོ་ན་སྒར་མ་བསྐབ་པ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་  
 ཏུ་སོགས་ཀྱི་ལུང་དོན་ཁས་སྒྲངས་པ་དང་འགལ་ལོ་  
 སྐྱུ་མ་ན་མི་འགལ་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་སྒྲིན་སོང་ཡིན་པ་  
 དང་ཤེས་བྱ་དེ་ཀུན་ཀྱང་རང་རང་གི་ཆོས་ཉིད་གཅིག་  
 གི་རྒྱ་ལས་མི་འདྲ་བས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཉིད་ལ་བསྐབ་  
 བས། ཇི་ལྟ་བུའི་གནས་ལྷགས་ཡང་དག་པར་ཤེས་པའི་  
 རྒྱས་འབྲས་བུ་ཇི་སྟེད་པའི་ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་ཆགས་  
 བྱས་དང་བྲལ་བའི་སྒྲིབས་པ་དེ་ལྟར་ཐོབ་པ་ཡིན་གྱི་  
 མ་བསྐབ་པར་ཀུན་མཁྱེན་ཏུ་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་ཁས་མི་  
 ལེན་པའི་བྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་བྱའི་དེ་ཉིད་མཐོང་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་དངོས་ནི་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཁོ་ན་ལ་  
 ཡོད། ཇེས་མཐུན་པ་བྱང་སེམས་དང་ཉན་རང་འཕགས་  
 པ་ལའང་ཡོད་པའོ། །ཡང་ན་སྒར་གྱི་ལུང་འཕྱོར། བྱེ་  
 བྲག་སྐྱངས་པའི་དོན་ཤེས་པ། །དེ་ཡང་དེ་ལ་མཁས་པ་  
 ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི། གང་ལ་སྐྱངས་པ་དེ་ལ་

མཁས་ཟེར་བའི་དཔེས། རྩ་རྩ་མཐོང་བའི་བྱིས་པ་སོ་  
སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཤེས་བྱའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་མཐོང་བས།  
ཤེས་བྱ་མ་ལྟས་པ་ཤེས་པའི་མཁས་པ་ནི་ཇི་ཅི་མ་མཁས་  
པར་སྒྲུལ་པ་ལའང་མི་སྤྱོད་དེ། ཚངས་དང་ཕུར་བུའི་སྒྲོ་  
གོས་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲུའི་པ་མཐའ་མ་ཚོད་པར་གྲགས་པ་  
བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་སྒྲོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་གྱིས།  
གང་ཞིག་ཀུན་ལ་ཐུན་པ་གཏན་བཙུག་ཞིང་། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར། ཤེས་བྱ་ཀུན་ལ་མཁས་པ་སངས་རྒྱུས་  
ཁོ་ནའི་བྱད་ཚོས་སུ་འགྱུར་བའང་གནད་འདིའོ། །འོན་  
ཀྱང་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་རིག་པའི་གནས་བརྩམས་ལྷུངས་གང་  
ཡང་རྩང་བ་རེ་རེ་ལ་མཁས་པ་དེ་ལའང་མཁས་པ་ཞེས་  
བྱ་བའི་མིང་འཕྲོ་བཞིན་ཅིང་། རིག་གནས་ཆེ་བ་ལྷ་ཤེས་པ་  
ལ་པར་ཆེན་དང་ཆུང་བ་ལྷ་ཤེས་པ་ལ་པར་ཆུང་གི་ཐ་  
སྟོང་བྱེད་པར་ཡང་གྲགས་སོ།

དེ་དག་ལས་སྟན་ངག་གི་ཁྱད་པར་གང་དང་། བོད་དུ་ཇི་  
ལྟ་བུའི་བྱང་ཚུལ་བསྟན་པ།

དེ་ལྟར་མཁས་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་ཤེས་བྱའི་  
དབྱེ་བསྟུ་ཇི་སྟེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལས་འདྲིར་སྐབས་སུ་  
བབས་པ་སྟན་ཆོག་གི་རིག་པ་སྟེ། འདི་ཉིད་རིག་པའི་  
གནས་ལྟར་བསྟུ་བའི་ཆོ་ན་བཟོ་རིག་པའི་ནང་ཆོན་  
ངག་བཟོའི་གཙོ་བོར་གཏོགས། ཁ་ཅིག་གིས་སྐྱ་རིག་  
པའི་ནང་དུ་འདུ་བེར་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་གཉིས་ཚུལ་  
ཐ་དད་ཅིང་གལ་ཏེ་སྟན་ངག་ཀྱང་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་  
ཁོ་ནར་གནས་པའི་བྱུར་རོ་སྟམ་ན། བོད་སྐད་སོགས་  
སྐད་རིགས་གཞན་གྱིས་བརྒྱམས་པའི་སྟན་ངག་ལ་མ་  
བྱལ་ཅིང་སྤྲི་ཏའི་སྐད་དུ་བརྒྱམས་པའི་སྟན་ངག་ཁོ་  
ན་ལ་བསམས་ཀྱང་། སྟན་ངག་ཙམ་དུ་མ་བཟོ་རིགས་  
ལམ་དང་གསུང་རབ་པལ་ཆེར་ལེགས་སྒྱུར་གྱི་སྐད་དུ་

བརྩམས་པ་ཤས་ཆེ་བས་དེ་དག་ཀྱང་སྤྲོ་རིག་པའི་ནང་  
 དུ་བསྐྱུ་དགོས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟན་  
 ངག་ཇི་ལྟར་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་སྟན་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་རྒྱ་གར་  
 ན་དུ་མ་ཞིག་བྱུང་བར་སྤང་ཡང་ཕྱིས་ནས་གྲགས་ཆེ་བ་  
 དབྱངས་ཅན་མགུལ་རྒྱན་དང་མེ་ལོང་དུ་གྲགས་པ་འདི་  
 གཉིས་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་རྒྱ་བོད་གཉིས་ཀར་ཉི་  
 ཟླ་ལྟར་གྲགས་པ་ནི་སློབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་  
 མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས་མེ་ལོང་འདི་ཉིད་དོ། །

གཞུང་འདི་ལ་འགྲེལ་བ་རྒྱ་གར་དུ་གྲགས་ཆེ་བ་སིངྏ་  
 ལའི་སྤྱིང་དུ་འབྱུངས་པ་ནང་པའི་པརྟེ་ཏ་རཏྭ་སྤེ་དང་།  
 ཡང་ནང་པའི་སློབ་དཔོན་པཏ་ཆེན་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་  
 གྲགས་པས་མཛད་པ་འདི་གཉིས་གྲགས་ཆེ། ཕྱི་མ་འདི་  
 མཁས་པ་སློ་དུག་གི་ནང་ཆོན་སློབ་དཔོན་ངག་དབང་  
 གྲགས་པ་དང་གཅིག་པ་ཡིན་མིན་སྤྲོ་བརྟག་དགོས་

སོ། བོད་ལུ་ལ་འདིར་སྒྲོན་གཞུང་བོད་དུ་མ་བསྐྱར་བའི་  
 གོང་ཚམ་ན་ས་སྐྱ་པ་རྒྱུ་ཏ་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་  
 མཁས་པ་འབྲུག་པའི་སྒྲོ་ཞེས་བྱ་བ་མཛད་པའི་རང་  
 འགྲེལ་གྱི་ཚུམ་པ་ལ་འབྲུག་པའི་སྐབས་སུ་འདི་ཐོ་རེ་  
 མང་ངེ་བ་བསྐྱར་ཅིང་འགྲེལ་པས་ཀྱང་བཀྲལ་མོད་གྱི།  
 བོད་སྐྱོན་དག་གི་ཚུལ་ལ་སྒྲོ་མ་འབྲུག་པ་དང་། བོད་གྱི་  
 སྐད་ལ་ཆོག་སྤྱད་དང་། ཐེབ་སྤྱོད་སྤྱི་ཡང་གི་བྱ་སྤྱོད་  
 ངལ་བསའི་སྤྱོད་མཆོམས། སྤྱོད་རྒྱུན་པལ་ཆེར་དང་། སྤྱོད་  
 རྒྱུན་གྱི་བྱ་དགའ་སོགས། ལ་བའི་ཐགས་ལ་ཟ་འོག་གི་རེ་  
 མོ་ལྟར་བོད་སྐད་ལ་དེ་རྒྱུམས་སྤྱོད་མི་བདུབ་པས་ཉེར་  
 མཁོ་ཆུང་བར་དགོངས་ནས་གོ་དོན་ཆང་བར་བྲོལ་བའི་  
 བཤད་པ་མ་མཛད་པས། སྤྱོད་བྱང་དུ། ཉེགས་མའི་དུས་  
 གྱི་སེམས་ཅན་བསོད་ནམས་ཆུང་། །དེ་བྱིར་མཁས་པར་  
 སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་མེད། །བདག་གིས་འབད་ཀྱང་གཞན་  
 གྱིས་འཛིན་པ་ཉུང་། །དེས་ན་གཞན་ལ་པན་པའི་གོ་

སྐབས་དཀའ། །ད་དུང་བདག་ལ་ལེགས་བཤད་ཡོད་  
 མོད་ཀྱི། །སྟོགས་མའི་དུས་ཀྱི་འགྲོ་བའི་སྦྱོང་ཡུལ་  
 མིན། །མཁས་པ་འདོད་པའི་སྐྱེ་བོ་ཉུང་བས་ན། །བྱེད་པ་  
 རྒྱུ་ཕྱིར་རྒྱས་པ་འདིར་མ་སྦྱོས། །ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།  
 དེ་རྗེས་པར་ཉ་ལ་སྟོན་ཀ་ར་དང་ལོ་ལྔ་བ་ཤོད་སྟོན་རྩི་རྩི་  
 རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་གཞུང་རྩིགས་པར་བསྐྱར། ཤོད་ལོས་  
 དབྱངས་ཅན་མགུལ་རྒྱན་དུ་གྲགས་པའི་འགྲེལ་པ་ཤིན་  
 ཏུ་བསྐྱས་པ་ས་བཅད་ཀྱི་ཆེང་ས་ཅམ་ཡོད་པ་ཞིག་  
 མཛད། དེ་ནས་དཔང་ལོ་ལྔ་བ་ཆེན་པོ་སྟོན་གྱིས་བཏྲན་  
 པས་རྒྱ་སྒྲིའི་རྒྱ་འགྲེལ་ཆོག་སྟོན་བསྐྱས་ཏེ་བསྐྱར་བའི་  
 བར་བར་ན་ཁོང་རང་གི་གསུང་རྩིས་ཕྱན་བྱ་གསལ་  
 བྱེད་དུ་བཅུག་པའི་འགྲེལ་པ་དཔང་རྟེན་ཏུ་གྲགས་པ་  
 འདི་མཛད་དེ་རྣམས་ནི་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེ་དང་རྒྱ་  
 འགྲེལ་རྣམས་ལ་རྩི་བཞིན་དཔྱོད་པའི་རྣམ་དཔྱོད་དང་  
 ལྡན་པ་མཁས་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་གཞུང་དོན་བཞིན་





བྱས་པའི་རྗེས་སུ་སྤང་མ་དག་ཀྱང་འབྲངས་ཏེ། ཇི་སྤང་  
དུ། གང་ཕྱིར་ལྷག་དང་སྤངས་པའི་ཕྱིར་། །གཅིག་སོང་  
རྗེས་སུ་རྒྱག་པ་ཉིད། །ཅིས་པའི་ལྷང་དོན་བསྐྱེདས་ཤིང་  
དཀའ་གནས་རྣམས་ལ་སྤྱས་ཀྱང་ཐོ་མ་ཕོག་པར་ཅི་  
བདེར་བཞག་པའི་འགྲེལ་པ་དང་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་ས་  
སྤོང་བྱབ་ཀྱང་གཞུང་དོན་སྤར་ཡང་རྟོག་མར་བྱེད་པ་  
ཤ་སྟག་བྱུང་།

ཕྱིས་སུ་རྗེ་བོད་མཁས་པས་འགྲེལ་པ་དཔྱད་ཏེ་དགོངས་  
རྒྱུ་དང་། ས་སྐྱེ་དག་དབང་ཚོས་གྲགས་ཀྱི་རང་ལན་ལ་  
རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་ཡི་གེ་ལེ་ཚན་རྣམས་སུ་གཞུང་  
དོན་དང་ཉེ་བའི་ལེགས་བཤད་མང་ཡང་། ད་དུང་རྒྱ་  
འགྲེལ་དང་མཐུན་མི་མཐུན་མང་དུ་ཡོད་པ་དེ་ཀུན་  
འཆད་འགྱུར་སོ་སོའི་ཐད་ནས་གསལ་བར་གོ་རུས་  
ཤིང་། རང་ལྟ་བུ་དང་དག་གྲགས་པའི་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀ་

སྒར་བོད་དུ་གཏན་ནས་མ་འགྱུར་བར་འདུག་ཀྱང་།  
དཔང་རྟེན་ཏུ་འགྲེལ་པ་གཉིས་ཀའི་ཆོག་དམ་དུ་མ་བྱུང་  
བ་དག་བོད་འགྲེལ་མཁན་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཅི་  
རིགས་པར་བྲངས་ཤིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འགའ་ཞིག་  
གིས་འགྲེལ་པ་དེ་གཉིས་བོད་ལ་འགྱུར་ཡོད་རྒྱ་བའི་  
རྒྱས་མེད་ཀྱི་རྒྱས་གཏམ་བྱས་པའང་འདུག་ཅིང་།  
བདག་གི་སྒྲ་མ་པར་ཆེན་རྣམས་ཀ་རའི་ཕྱག་ཏུ་འགྲེལ་པ་  
འདི་གཉིས་ཀའི་རྒྱ་དཔེ་བཞུགས་པའི་སྟེང་ནས་གསུང་  
བཤད་དོགས་གཅོད་ཡང་ཡང་ཁུས་པའི་གསུང་རྒྱན་  
གཙང་མ་བཅོས་སྟོད་དང་བལ་བ་ཉིད་རྩ་བའི་སློག་ཏུ་  
བཞག། དེ་དང་མི་འགལ་བའི་བོད་འགྲེལ་རྣམས་ཀྱི་  
ལེགས་ཆ་བརྒྱས་པས་ཀྱང་བྱར་བྱང་བྱང་བརྒྱན་ཏེ་རང་  
སྒྲུ་ཅི་ལུས་སུ་གཞུང་དོན་ལེགས་པར་འཆད་པར་  
བྱའོ།

ཅིས་མགོ་ནམ་པ་ལྷའི་སྒོ་ནས་སྐྱེད་བསྐྱེད་བ།

དེ་ཡང་བོད་ནམས་ཀྱིས་སྐྱེད་ཀྱི་དོན་དང་། གཞུང་གི་  
དོན་དང་། མཆུག་གི་དོན་གསུམ་དུ་བསྐྱེད་ནས་འཆད་  
ཀྱང་རྒྱ་གར་བ་ནམས་ཀྱིས། རི་སྐད་དུ། རྒྱུ་འདྲིའི་མིང་  
ནི་ཅི་ཞིག་ཡིན། ལྷ་ཡི་དོན་དུ་འདྲི་ཉིད་མཛད། ལྷ་  
ཞིག་བྱེད་པོ་འདྲིའི་ཆད་ཅི། འདྲི་ཡི་དགོས་པ་འང་ཅི་  
ཞིག་ཡིན། ཞེས་སྐྱེད་བསྐྱེད་བ་ལྷ་གསུངས་པ་དང་རྗེས་  
སུ་མཐུན་པར་འཆད་པས། འདྲིར་ཡང་དེ་ལྷ་བྱའི་ཅིས་  
མགོ་ནམ་པ་ལྷས་བཤད་པར་བྱའོ།

དང་པོ་བསྟན་བཅོས་འདྲིའི་མཚན་ཅི་ལས་བཏགས་པ།

དེ་ལས་དང་པོ་བསྟན་བཅོས་འདྲིའི་མཚན་ཅི་ལས་  
བཏགས་པ་ནི།

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། ཀ་ལྷ་དམྱེཾ་

ཞེས་པའི་རྒྱ་གར་ལ་ངེས་ཚིག་གི་བཤད་པ་ཡོད་པར་  
 འདོད་ནས་བཤད་ཚུལ་མི་མཐུན་པ་མང་པོ་བྱས་པ་  
 དང་། ཡང་ངེས་ཚིག་མེད་པར་འདོད་རྒྱལ་གྱི་མིང་དུ་  
 སྤྲོ་བ་སོགས་མང་ཡང་། སྤྱིར་ནི་ཕྱི་མ་ལྟར་ལེགས་ལ།  
 འོན་ཀྱང་ངེས་ཚིག་གི་བཤད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྒྱ་  
 གར་བ་རྣམས་ཆ་ལྷགས་གོས་ལ་སོགས་པ་ཡང་དཀར་  
 པོ་ལ་མཚོག་དུ་འཛིན་ཞིང་། རག་པོ་ཟུང་ན་གྱི་གོས་སུ་  
 བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་ནག་པ་དེ་ལས་ཕྱོག་པར་བྱེད་པའི་  
 ལྷགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ནའང་  
 རུང་བར་རྗེ་སྤྲོ་མས་བཞེད་དོ། །སྐད་ཀྱང་ཡུལ་དེར་སྐད་  
 རིགས་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། ལེགས་སྤྱིར་ནི་སྤྱིར་  
 སྐད་དུ་གྲགས་ཀྱང་། མི་ཡུལ་དུ་གཙོ་བོར་རྒྱ་གར་  
 འཕགས་ཡུལ་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ལ་གྲགས་པས། རྒྱ་གར་  
 སྐད་དང་། དུ་ཞེས་པ་གནས་གཞི་ལ་འཇུག་པའི་རྣམ་

དབུ་བདུན་པ་སྟེ། དེས་ན་རྒྱ་གར་སྐད་དུ་ཞེས་གཞུང་  
འདི་གང་ལས་བསྐྱར་བའི་བྱངས་སྟོན་པའོ། །

ཀ་ཟླ་དཀྱིལ་ཏེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ཞེས་  
བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་སྦྱར་རྒྱ་གར་བའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི།  
རྩ་མ་ཤམ་དང་། སྟ་ར་ཏ་དང་། དབྱངས་ཅན་མགུལ་  
རྒྱན་དང་། དཀྱིལ་མེ་ལོང་འདི་ལ་སོགས་པ་སྟན་ངག་རི་  
ལྟར་སྦྱར་བའི་ཚུལ་ཆོག་གི་རྒྱན་རྣམས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་  
བསྐྱས་ཏེ་འཆད་པའི་བསྟན་བཅས་རྣམས་ལ་ནི་རྒྱན་གྱི་  
བསྟན་བཅས་ཞེས་བྱ་ཡི། སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་སུ་  
མེ་འདོགས། རྒྱ་གར་དུ་བྱང་བ་རྒྱ་མི་ཤ་དང་། ཀུ་ལེ་  
དུ་སས་བྱས་པ་གཞོན་ནུ་འབྱང་བ་དང་། གཞན་ཡང་སྟེ་  
ཏ་འཕྱོག་པ། མཁར་བ་བསད་པ་སོགས་དང་། བོད་དུ་  
འགྱུར་བ་རྟོགས་བརྗོད་རིན་པོ་ཆེ་དཔག་བསམ་འབྲི་  
ཤིང་ལྟ་བུ་ལུས་དང་རྒྱན་ཡང་དག་པར་སྦྱར་ནས་



བརྒྱམས་ཟེན་པ་ལ་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཡིན་ཡང་། འདིར་ནི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་བརྗོད་  
 བྱ་བྱུར་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གཟུགས་བརྟན་མཆར་པོ་ཇི་  
 སྟེད་པ་འདི་ལས་འཆར་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་སམ།  
 ཡང་ན་མེ་ལོང་དུ་གཟུགས་བརྟན་འཆར་བ་དང་འདྲ་  
 བར་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་ཆེན་པོ་དུ་མ་རྒྱན་གྱི་  
 བསྟན་བཅས་འདི་ལས་འཆར་བས་ན། སྟན་ངག་གི་མེ་  
 ལོང་ཞེས་པ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གཞི་མཐུན་པའི་བསྟུ་བས་  
 བསྟུས་ཏེ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་འཕམ། འབྲས་བུ་  
 སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་མང་པོ་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅས་  
 གྱི་རྒྱ་འདི་ལས་འབྱུང་བས་ན་འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་  
 བཏགས་པའང་ཡིན་དུ་རུང་གི་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅས་  
 དང་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་པ་མི་  
 ཤེས་པར་འདི་ཉིད་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་རང་ཡིན་  
 པར་འཆད་ན་མི་རུང་ཞིང་། དེ་ལ་དགོངས་ནས་ཐམས་

ཅད་མཁྱེན་པ་པར་དཀར་པོས། མེ་ལོང་ནི་བྱེད་པའི་  
ལས་ཀྱིས་ཏེ་སྟོན་ངག་ཏུ་གང་གི་འཛིག་པ་དེ་འདྲིར་  
འཆར་བས་སོ། །ཞེས་གསུངས།

སྐབས་འདྲིར་སྤྱི་འབྲེལ་འགའ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་  
འབྲུག་པ་ལ་ཆེན་ངག་དབང་བསྟན་འཛིན་དབང་པོས་  
ཀྱང་། བོད་མཁས་པས་ཀ་བྱ་དང་ལྷ་དྲུག་མཆམས་སྦྱར་  
བ་ལ་དགག་པ་མཛད་པ་ནི་མ་དག་པས་དག་པ་སྟུན་  
འབྱེན་ཏུ་སོང་བ་སྟེ། ཀ་བི་ཞེས་པ་སྟོན་ངག་མཁན་པོར་  
འབྲུག་གི་སྟོན་ངག་ལ་འབྲུག་པའི་སྐབས་ནམ་ཡང་མེད་  
པས། ཀ་བྱ་སྟོན་ངག་དང་། ལྷ་དྲུག་མེ་ལོང་། དེ་གཉིས་  
མཆམས་སྦྱར་བས་ཀ་བྱ་དྲུག་ཞེས་གྲུབ་པའི་ཡོངས་  
གྲགས་ཉིད་དོན་ལ་གནས་ཤིང་། དེ་སྟེ་བྱའི་མཆོན་དེ་  
བཏགས་པའི་དགོས་པ་ནི་ལང་གཤེགས་ལས། མིང་ཏུ་  
གདགས་པར་མ་མཛད་ན། །འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་

མྱོངས་པར་འགྱུར། །དེ་བས་མྱོངས་པ་བསལ་བའི་  
 ཕྱིར། །མགོན་པོས་མིང་དུ་གདགས་པར་མཛད། །ཅེས་  
 གསུངས་པར་ལྟར། མིང་ལྷན་དུ་སྒྲིམ་པས་བཅལ་སྒྲ།  
 གཞན་ཡང་བསྟན་བཅས་ཀྱི་དབུ་ཞབས་མི་འབྲུགས་པ་  
 དང་། དོན་ལ་བརྟེན་ནས་མིང་དེ་བཏགས་པ་མིང་གིས་  
 དོན་མཚོན་ཅིང་གོ་བ་དང་། དོན་མཐོང་བའི་ཆེ་མིང་  
 དེས་པར་འགྱུར་བའི་མིང་དོན་གྱི་འབྲེལ་པ་གྲུབ། སྐད་  
 གཉིས་བྱང་སྒྱུར་དུ་བཀོད་པ་ཡང་བོད་རྒྱལ་གྱིས་རྒྱ་  
 གར་གྱི་སྐད་མི་གོ་བ་རང་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བས་གོ་སྒྲ།  
 གལ་ཏེ་མ་བསྒྱུར་ན་མི་གོ་བར་ཤེས་པས་སྒྱུར་བྱེད་ལ་  
 པའ་གྱི་དྲིན་དེས་པ་དང་། བསྟན་བཅས་ཉིད་རྒྱ་གཞུང་  
 རྒྱུ་མེད་དུ་ངེས་པར་མཚོན། སྐད་གཉིས་ཀྱིས་དོན་  
 གཅིག་བརྗོད་པར་མཐོང་བས་གཉིས་པོ་རྒྱལ་གྲངས་སུ་  
 ཤེས། རྒྱ་སྐད་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ཚུལ་མཐོང་བས་སྒྲ་

བསྐྱུར་བ་ལ་སློབ་ཁྲིམས་ཤིང་བག་ཆགས་འཛིན་པ་  
སློབ་ཁྲིམས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡོད་པར་བཤད་དོ། །

འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ། །

ཞེས་པ་ནི། འགྱུར་མཛད་ལོ་རྒྱུ་བ་ཤོད་ལོ་རྩི་རྒྱལ་  
མཆན་གྱི་འགྱུར་ཕྱག་སྟེ། དེ་ཡང་བསྐྱུར་པ་སྤྱད་པ་གྱི་  
སྐབས་སུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་རྣམས་གངས་ཅན་  
གྱི་སྒྲིངས་འདིར་བསྐྱུར་བ་ན། རྩི་རྩིད་གསུམ་པོ་སོ་སོར་  
ངོས་བཟུང་སྤྱད་པའི་ཕྱིར་དུ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
བཀའ་བཅད་དེ། འདུལ་བའི་མགོར་ཐམས་ཅད་མཐུན་  
པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་དང་། མདོ་སྤེའི་མགོར་སངས་  
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་  
འཆལ་ལོ་ཞེས་དང་། མདོན་པའི་མགོར་འཕགས་པ་  
འཇམ་དཔལ་གཞིན་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་

བཀོད་པ་ཡིན་ཀྱང་། བྱི་དར་གྱི་སྐབས་ནས་དེར་མཐའ་  
གཅིག་དུ་མ་ངེས་ཤིང་། བྱམ་མོང་བའི་རིག་གནས་པལ་  
ཆེར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་བཀའ་  
སྤྱིའི་དགོངས་འགྲེལ་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད་  
མོད། འོན་ཀྱང་བརྩོན་པ་དང་ཆོག་གི་རྒྱན་ལ་སོགས་  
པ་ངེས་ཆོག་གི་བཤད་པ་ཅན་འདི་རྣམས་མངོན་པའི་  
ཆ་ཤས་སུ་གཏོགས་པས་འདིར་ཡང་འཇམ་དཔལ་ལ་  
འགྱུར་ཕྱག་མཛད་པའོ། །

དེ་ཡང་སོ་སྟེ་དང་ཉན་རང་གི་ས་ལས་ཀྱང་རིང་དུ་  
འཕགས་པས་ན་འཕགས་པ་དང་། རང་རྒྱུད་ཉན་  
མོངས་པའི་རྩལ་རིག་དང་བྲལ་བས་འཇམ་པ། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དཔལ་དང་མགོན་དུ་གྱུར་པས་ན་  
དཔལ། དེ་ཡང་སྤྲ་མས་རང་དོན་དང་བྱི་མས་གཞན་  
དོན་ཕྱན་ཆོགས་བསྟན། ཡང་ན་ཇི་ལྟར་ཇི་སྟེད་མཁྱེན་

པའི་ཡེ་ཤེས་མཚན་གི་དཔལ་དང་ལྷན་པའོ། །གཞོན་  
 རྒྱུར་གྱུར་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱེ་ཉིད་སྐྱེ་འཆིའི་སྒྲིམ་པ་དང་  
 བལ་བས་གདུལ་བྱའི་སྤང་ངོར་ཡང་རྟག་པར་གཞོན་  
 རྒྱུའི་ཚུལ་སྟོན་པས་ཀྱང་ཡིན་མོད། དངོས་དོན་གཙོ་བོ་  
 ནི་སྒྲིབས་པ་དང་ཤེས་རབ་ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ལང་  
 ཚོ་གཞོན་རྒྱུའི་དུས་བཞིན་རྟག་ཏུ་གང་བར་གྱུར་པ་དེ་  
 ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་། བར་གྱི་ཚིག་  
 རྣམས་མི་མངོན་པར་བསྐྱུས་པའོ། །དགོས་པ་ནི་གནས་  
 སྐབས་སུ་གཞུང་བསྐྱར་བ་དང་། སྤང་ནས་ཀྱང་གཞུང་  
 འདི་ཉིད་ལ་ཉན་བཤད་བྱེད་པ་ཀུན་ལ་བར་ཆད་མི་  
 འཇུག་ཅིང་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་སྐྱེ་ཆེར་འཕེལ་བའི་  
 ཕྱིར་དང་། མཐར་ཕྱག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་  
 གོ་འཕང་ཉིད་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡུལ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་  
 འདུད་པའོ། །



གཉིས་པ་གདུལ་བྱ་སྤྱི་ཆེད་དུ་མཛད་པ།

གཉིས་པ་གདུལ་བྱ་སྤྱི་ཆེད་དུ་མཛད་པ་ནི། རྩོད་དུས་  
སྟོགས་མའི་སེམས་ཅན་ཆེ་མུང་བཙོན་འགྲུས་དང་ཤེས་  
རབ་ཞན་པས། ལྷ་ར་ཏ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་གྱི་གཞུང་རྒྱས་  
པ་གཞུང་ཆད་སྟོ་ཀ་འབྱམ་སྟག་བཅས་སྤྱོད་པར་  
བྲགས་པ་རྣམས་ཉན་མི་རྣམས་པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཀྱི་  
ཆེད་དུ་མཛད་པའོ། །

གསུམ་པ་སྟོབ་དཔོན་སྤྱོད་པའི་མཛད་པ།

གསུམ་པ་སྟོབ་དཔོན་སྤྱོད་པའི་མཛད་ན་དབྱུག་པ་ཅན་  
གྱིས་ཏེ། འདི་ཉིད་གྲུབ་མཐའ་ཕྱི་ནང་གང་ཡིན་ཆ་མ་  
འཆོལ་བའི་སྟངས་སྟོ་མང་པོ་ཞིག་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་  
རྣམས་ལ་བྱུང་འདུག་ཀྱང་། འདི་ནི་གྲུབ་མཐའ་ཕྱི་རོལ་  
པ་ཡིན། དེ་ལས་ཀྱང་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་དཀྱིལ་རང་ཟེར་བའི་སྟེ་  
ཆན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་བཏགས་ཟེ་ལ་བྱིས་པ་

ལལ་པ་དང་། ཚངས་སྤྱོད་པ། བྱིས་གནས། གཞོན་ནུའི་  
 བརྟུལ་ཞུགས། ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་རིམ་པ་རྣམས་ཡོད་པར་  
 བཤད་པ་དེ་དག་དང་པོར་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཅམ་སྟེ་  
 བྱིས་པ་ལལ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཆེ་རིགས་ཀྱི་ཆོས་མ་ཉམས་  
 པ་དགོས་སོ། དེ་ནས་སྤྱོད་གནས་པ་ནི་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལོན་  
 པ་ཕྱིན་ཆད་ནས་སྐབས་ཤིག་བྲམ་ཟེར་བསྐྱབས། བརྟུ་ཙྰ་  
 རི་སྟེ། ར་ཆོད་དང་པོ་ལ་ཚངས་པར་སྤྱོད་པས་གནས་  
 སོ། །དེ་ནས་ལོ་བཞི་བཅུ་ལྷག་པ་ནས་གྲི་ཏ་སྤྱ། ཞེས་པ་  
 བྱིས་ན་གནས་པ་སྟེ་བག་མ་ལེན་ཅིང་རིགས་སྤྱོད་པར་  
 བྱེད་དོ། །བྱ་གཅིག་སྤྱོད་ནས། ལྷ་ན་པ་སྤྱ། བྱིས་སྤངས་  
 རས་ནགས་སུ་གནས་ཏེ། གཞོན་ནུའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཏེ་  
 གཙུག་ཕུད་བཞག་སྤྱ་གཞན་བེགས་ཏེ་ནགས་ན་བྱ་སྤང་  
 དང་བཅས་ཀྱང་འབྲིག་སྤྱོད་བདུན་སྤངས་ཏེ། ཚངས་  
 པར་སྤྱོད་དེ་འདི་ནི་དྲང་སྤྱོད་གི་གནས་པའོ། །དེ་ནས་  
 དེ་ཀ་ལ་གནས་པའམ་ཡང་འདོད་ན་བྱ་སྤང་སྤངས་

ནས། བ་རི་བྲ་ཇ་ཀ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་བྱེད་  
 ཏོ། །ཕྱི་མ་འདི་སྟོང་པ་སྟོན་མ་གསུམ་རིམ་པས་བརྒྱད་  
 མི་དགོས་པ་ཤས་ཆེ་མོད། བཞི་རིམ་བྱེད་པ་སྟོང་པ་འདི་  
 དབང་ཏུ་བྱས་པ་སྟེ་འདི་ནི། ལྷ་ཤུམ་སྟེ་བྱིམ་ན་མི་  
 གནས་པ་འདི་བྱིར་མི་གནས་པ་སྟེ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འདི་དོན་  
 ཡང་ཡིན། ཡང་ན། ལྷ་ཤུམ་སྟེ། སྟོང་པ་མཆོག་ལ་ཀུན་ཏུ་  
 གནས་པ་འོ། །དེས་ན་བྱིར་བྲམ་བེ་ལ་རིགས་སྟོང་གི་དབྱེ་  
 བ་དེ་བཞིན་ཏུ་གནས་པ་ལས། སྟོང་དཔོན་འདི་ནི་ལྷ་  
 ཤུམ་ལ་བཞིན་དབྱེ་བ་འདི་བྱི་མ་པ་རི་བྲ་ཇ་སྟེ་ཀུན་ཏུ་རྒྱ་  
 ཡིན་ཅིང་། འདི་ལ་སྟེ་སྟེ་དགོ་སྟོང་ཡང་བེར། ཆ་  
 ལྷགས་སྟེ་དང་ཁ་སྟེ་བྲམ་ཤིང་གོས་དུར་སྟེ་ག་ཅན་  
 དབྱུག་གུ་ཐོགས་པ། སྟོང་མོས་འཆོ་བ་ཞིག་ཡིན། འདིས་  
 འཆང་རྒྱུ་དབྱུག་པ་ཡང་། འཇམ་དགོན་པ་ཆ་ཆེན་སྟེ་  
 མས་གསར་འགྱུར་སྟེ་ཅིས་ཤི་བྱ་སྟོང་ཏེ་ལས། སྟེ་དང་  
 དཔལ་བ་སྟེ་ཡི་ཆོད། །མཉམ་པས་མངོན་པར་འདོད་

འབྲས་སྦྱོན། །རིམ་པར་བྲམ་ཟེ་རྒྱལ་རིགས་དང་། །རྗེ་འུ་  
 རིགས་དབྱུག་པའི་ཤིང་རྣམས་སོ། །དྲང་ཞིང་མ་གས་  
 སྤེད་དུ་རིང་། །བཟུང་བདེ་བྲམ་ཟེའི་ཕུ་ལུ་ཤ། །རྒྱལ་  
 རིགས་ལྷ་དུམ་བ་ར་སྟེ། །རྗེ་འུ་རིགས་དབྱུག་པ་བེལ་བར་  
 འགྱུར། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རམ། ཡང་ན་འོད་མའི་  
 དབྱིག་པ་འཆང་བའོ། །པ་རི་བྲ་ཇ་དེ་ལའང་ནང་གསེས་  
 ལྷ། ཀྱ་ཁྲི་རྩ་ར། བ་རྩ་ད་ཀ་རྟ་ས། པ་ར་མ་རྟ་ས་ཏེ་བཞི་  
 ཡོད་པ་ལས། དབྱངས་ཅན་སྒྲ་མདོའི་འབྱུང་ཁུངས་སྟོབ་  
 དཔོན་ཨ་རུ་རྩ་ཏེ་དེ་ཡང་པ་ར་མ་རྟ་ས་ཡིན་པར་རབ་  
 བྱེད་གསལ་ལྡན་གྱི་རྒྱ་དཔེར་བཤད་དོ། །དེས་ན་རྗེ་བོད་  
 མཁས་པས་མེ་ལོང་འགྲེལ་ཁྲིཀ་གི་དབུ་ལྷ་ལ་དཔྱེའི་སྒྲ་  
 རབ་བྱུང་གི་ཆ་ལྷགས་སུ་བྲིས་པ་མེ་འཐད་ཅེས་  
 གསུངས་པ་ཆོས་གོས་གྲ་མ་ཅམ་ལ་དགོངས་ན་མ་  
 གཏོགས། བྱི་རོལ་པའི་ཀྱན་དུ་རྒྱ་རྣམས་ལའང་ཆ་  
 ལྷགས་ནང་པའི་རབ་བྱུང་དང་ཆ་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་

འདུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཚོར། རྒྱལ་པོ་གཟུགས་ཅན་སྤོང་  
པོས་ཕྱི་ནང་ནོར་ནས་ཕྱི་རོལ་པའི་ཀྱན་ཏུ་རྒྱུར་ཕྱག་  
བྱས། སྤར་དེ་ཤེས་ནས་སྟོན་པ་ལ་མི་ནོར་བའི་རྟགས་  
དགོས་ཚུལ་ཁྱེས་པས་ཚོས་གོས་གྲ་མ་གནང་བར་བཤད་  
པས་ཀྱང་ཤེས་ནས་སོ། །

གཞན་ཡང་འདི་དང་འཆད་ཚུལ་ཅུང་མི་མཐུན་པ་ནི།  
དམངས་དོ་ཏུ་ལས། དབྱུ་གུ་དབྱུག་གསུམ་ལེགས་ལྡན་  
གཟུགས། །འཆང་ཞིང་དུས་སུ་མཆོད་པ་དང་། །ཞེས་  
འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །འདིར་སྟོབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་  
གྲུབ་མཐའ་ནང་པར་འདོད་པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་  
དཔའ་བོ་དང་གཅིག་པར་འདོད་པ་སོགས་ཀྱི་འབྲུལ་  
གཞི། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོ་ཡང་དང་པོའི་གྲུབ་མཐའ་  
ཕྱི་རོལ་པ་ཡིན་པ་དང་། རྒྱལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བསྟོད་  
པ་བྱེད་པར་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར་འདིས་མཛད་པའི་སྟོན་

ངག་གི་བསྟོན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བྱང་འདུག་ཀྱང་། དེ་གཉིས་གཅིག་པའི་སྐབས་མེད་དེ།  
 སློབ་དཔོན་དཔའ་བོའི་མཆན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཏྲ་  
 དབྱངས་དང་། མ་ཁོལ་དང་། ས་ཁོལ་དང་། ཐུབ་དཀའ་  
 རྒྱ་པོ་དང་། ཆོས་ལུན་རབ་འབྱོར་དང་། མ་ཏི་ཙི་ཏྲ།  
 དཔའ་བོ་ཞེས་པ་རྣམས་ཁོ་ན་འབྱུང་གི། དབྱུག་པ་ཅན་  
 ཞེས་པའི་མཆན་གང་ནས་ཀྱང་མ་བཤད། དཔའ་བོ་  
 ཞེས་པ་རྣམས་ཁོ་ན་འབྱུང་གི། དབྱུག་པ་ཅན་ཞེས་པའི་  
 མཆན་གང་ནས་ཀྱང་མ་བཤད། བསྟན་བཅོས་འདིའི་  
 མཇུག་པ་པོ་སློབ་དཔོན་དཀྱིལ་ནི་ཕྱིས་ནང་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་ལ་ཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་མེད་དོ། །འདིའི་  
 མཆན་དབྱེག་པ་ཅན་ཟེར་བ་མ་དག་དབྱུག་པ་ཅན་  
 ཡིན་ཞེས་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་གསུངས་པ་ནི་དེ་  
 གཉིས་བརྒྱ་གསུམ་སྟོང་གི་བྱུང་པར་མ་གཏོགས་དོན་  
 གཅིག་པ་མ་དགོངས་པར་བཤད་དོ། །



བཞི་པ་གཞུང་ཚད་དང་དོན་དུ་ཡིས་བསྐྱུས་པ་ནི།  
ཡོངས་སུ་བཅད་པ་དང་པོ་ལ་སྒྲོ་ཀ་བརྒྱ་དང་ལྔ། གཉིས་  
པ་ལ་སུམ་བརྒྱ་དང་དྲུག་ཅུ་ཙྰ་ལྔ། གསུམ་པ་ལ་བརྒྱ་  
བརྒྱད་ཅུ་ཙྰ་དྲུག་པ་སྟེ་ཀུན་དེལ་བ་དྲུག་བརྒྱ་ལྔ་བཅུ་ཙྰ་  
དྲུག་ཡོད་ཅིང་། ཚེགས་བཅད་རྣམས་ལ་རྒྱུ་དང་པ་འཛིང་བ་  
དང་ཐུང་བ་ཅི་རིགས་པ་སྣང་ངོ་། །དེ་དག་ཀྱང་ལྷས་  
དང་རྒྱན་དང་སྒྲོན་བསལ་བ་སྟེ་དོན་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས།  
རྒྱན་ཡང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱན་དང་ཐུན་མོང་གི་  
རྒྱན་གཉིས། དེའི་ཕྱི་མ་ལ་ཡང་དོན་རྒྱན་དང་། སྒྲ་རྒྱན་  
དང་། གཤམ་ཚེག་གི་རྒྱན་རྣམས་སུ་ཡོད་པས་དོན་དེ་  
རྣམས་གྱིས་བསྐྱུས་པའོ།

ལྔ་པ་དགོས་པ་ཅིའི་དོན་དུ་མཛད་པ།

ལྷ་པ་དགོས་པ་ཅིའི་དོན་དུ་མཛད་པ་ནི། འོག་དུ་བསྟན་  
བཅོས་གཞུང་གི་དགོས་སྟེན་བཟོད་པའི་སྐབས་ན་  
འཆད་པར་འགྱུར་བས་འདིར་མ་བཀོད་དོ། །

ནི་ཕྱིས་ནང་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལ་ཞུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
ཀྱང་མེད་དོ། །འདིའི་མཚན་དབྱེག་པ་ཅན་ཟེར་བ་མ་  
དག་དབྱེག་པ་ཅན་ཡིན་ཞེས་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་ཁ་ཅིག་  
གསུངས་པ་ནི་དེ་གཉིས་བརྒྱ་གསུམ་སྟོང་གི་ཁྱད་པར་  
མ་གཏོགས་དོན་གཅིག་པ་མ་དགོངས་པར་བཟད་དོ། །

ལེའུ་དང་པོ།

གཞུང་དོན་དང་པོ་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་  
བཤད་པ།

ད་ནི་གཞུང་གི་དོན་དངོས་བཤད་པ་ལ་གསུམ་སྟོང་  
བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དང་། འཆད་བྱ་བསྟན་

བཅས་ཀྱི་དོན་དངོས། དོན་དེ་ཤེས་པའི་འབྲས་བུ་  
མཆོན་པ་སྟེ་གསུམ། དེའི་དང་པོ་ལའང་གསུམ་སྟེ།  
མཆོད་བཟྃ་ད། རྩེ་མ་པར་དམ་བཅའ། དགོས་སོགས་  
བཟྃ་པའོ། །

མཆོད་བཟྃ་ད།

དང་པོ་(མཆོད་བཟྃ་ད་)ནི།

གདོང་བཞི་གདོང་གི་པད་ཆལ་གྱི། །

ངང་པའི་བུ་མོ་ཐམས་ཅད་དཀར། །

དབྱངས་ཅན་མ་ནི་ཁོ་བོ་ཡི། །

ཡིད་ལ་རིང་དུ་གནས་པར་མཟྃ། །

གདོང་བཞི་ཅན་ནི་ཆངས་པ་གདོང་གི་པད་ཆལ་ཞེས་  
པ་རྩེ་སྟེ་ཀྱུ་འགྲེལ་དུ་ཞལ་གྱི་བཟྃ་པ་པད་ཆལ་གྱི་

གཟུགས་སུ་བྱས་པར་བཤད་པས། གདོང་ཞེས་པ་ཞལ་  
 ཅས་མ་ཡིན་པར་ཚངས་པའི་གསུང་ལ་བྱེད་དགོས། དེ་  
 ཡང་འཆི་མེད་མཛོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོར། མཚོ་  
 ལྷན་མའི་མཐར་ཐུག་པ་ཚངས་བྱུང་ལ་སོགས་པ་ནི་  
 ངག་གི་ལྷག་པའི་ལྷ་མོ་ལའང་འདོད་དོ། །ཚངས་པ་ལས་  
 རྒྱུས་ཤིང་བྱུང་བས་ན་སྒྲིལ་ཚངས་བྱུང་སྟེ་ལྷག་མ་ལ་  
 ཡུལ་འོ། །ངག་དབང་ལྷ་མོ་ཚངས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བྱིར།  
 ངག་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཛོད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
 འཇིག་རྟེན་འདི་ཆགས་ནས་མི་རིང་བ་རྫོགས་ལྷན་གྱི་  
 ཐོག་མའི་སྐབས་ཤིག་རི་རབ་ཀྱི་སྟོ་ཕྱོགས་སྐྱ་མཚོ་ཆེན་  
 པོ་བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ལ། ཕྱོགས་ཀྱན་  
 ནས་རྒྱང་བཀོད་པ་མཐའ་ཡས་པ་ལངས་ཏེ། དེས་སྐྱ་  
 མཚོ་ཅ་རྒྱབས་ནས་པ་དུ་མར་གཡོས་པ་ལས་སྤིང་པ་  
 གསུམ་གྱི་བརྟན་གཡོའི་སྒྲ་སྒྲད་ཐམས་ཅད་དྲི་བའི་  
 སྒྲུའམ་མིའམ་ཅིའི་དབྱངས་ལྷ་བུར་སྒྲ་སྟན་ཅིང་ན་བར་

འཇེབས་པས་དཔག་ཚད་བྱེ་བར་བྱབ་ཅིང་གནས་  
 སོ། །དེའི་ཆེ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་མི་འཆི་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཆངས་པའི་གྲོང་བྱེར་ན་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་དེ་རབ་དུ་གསན།  
 ལོ་སྤྱོད་གི་བར་དུ་རྒྱ་མཚོ་གཡོ་བ་ལ་བལྟས་ཤིང་སྤྱོད་  
 ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་རོ་སྤྱོད་བས་འདུག་གོ །དེའི་  
 ཆེ་སྤྱོད་པ་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་བྱངས་དེ་རྣམས་འདུས་པ་  
 ལས། ལྷ་མོ་འཕྱོར་སྤྱོད་ཤིན་དུ་རྒྱས་པ་ས་འོག་ས་སྤོང་  
 ས་སྤྱོད་གསུམ་ན་འབྲན་སྤྱོད་མེད་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ་། །འདིའི་  
 ཡུམ་གྱི་དོད་རྒྱ་མཚོ་ཡིན། ཆངས་པས་བསམས་པ་ནི་  
 པའི་ས་བོན་གྱི་དོད། སྤྱོད་བྱངས་སྤྱོད་ཆོགས་ནི་མའི་རྩལ་  
 གྱི་དོད་དེ། དེ་དག་ཆངས་པ་ལས་སྤྱོད་འབྱངས་པས་མཚོ་  
 བྱང་མ་དང་། རྒྱ་མཚོའི་བྱ་མོ་དང་། ཆངས་པའི་སྤྱོད་མོ་  
 དང་། སྤྱོད་བྱངས་སྤྱོད་མོ་ཞེས་གྲགས་སོ། །སྤྱོད་བྱངས་གྱི་རྒྱ་  
 མཚོ་དེ་གཤིན་རྗེ་ཆོས་གྱི་རྩལ་པོའི་གནས་ཡིན་པས་  
 གཤིན་རྗེའི་སྤོང་མོ་ཞེས་ཀྱང་ངོ་། །དེ་ནས་གང་གི་ཆེ་སྤྱོད་

མོ་དེ་ནམ་མཁའི་དགྲིལ་ན་འདུག་སྟེ། གང་སྟེ་བོ་ནམས་  
 བདེན་པ་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལྷན་ཞིང་འཆོ་བ་མེད་པར་  
 འདུག་པ་ན། ལྷ་མོ་དེ་དགའ་བས་གར་དག་བྱེད་པ་ན་  
 བརྟན་གཡོ་ཐམས་ཅད་ལས་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱ་མཐའ་  
 ཡས་པ་བྱུང་ཞིང་། ཡིད་ཅན་ནམས་ཉམས་བག་བདེ་ལ་  
 སྟོ་གྲོས་རྒྱས་པས་སྟན་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་དོན་དཔག་དུ་  
 མེད་པ་རང་བཟོད་པར་གྱུར་རྟོ། །ལྷ་དང་གཞོན་སྟོན་  
 དང་མེ་དང་སྐྱ་ནམས་སྟོན་པ་ལོག་པར་འདུག་པ་ན། ལྷ་  
 མོ་དེ་ཡང་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཏེ་འདུས་ན་སྐྱ་ཐམས་ཅད་  
 ཉམས་ཤིང་སྟེ་བོ་ཐམས་ཅད་ལྷ་བ་ལྷ་བ་དུ་སྟོའོ། །དེའི་ཆེ་  
 དབྱངས་ཅན་མ་ཞེས་གྲགས་སོ། །འདི་བདེན་པ་དང་  
 ཚུལ་བྲིམས་དང་འཆོ་བ་སྤངས་པ་ནམས་ལ་ཆེས་འགོ་  
 དེ་ལས་ལྷོག་པ་ལ་མེ་དགྲེས་སོ་ཞེས་ཀྱང་དེ་ནས་གྲགས་  
 སོ། །སྐྱ་དབྱངས་ལྷ་མོ་མང་པོ་སྐྱ་ལས་སྐྱལ་ནས་སེམས་  
 ཅན་ནམས་ཀྱི་དོན་སྟོན་པར་བཞེད་པ་ལས། སྐྱ་

དབྱངས་སྟོ་མོ་རབ་བཀྲམ་ཞིག་བྱང་ན་སྟེ་འགྲོ་ཐམས་  
 ཅད་མཁས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ་བྱུ་ལས། སྟེ་མཐུན་  
 ལས་ཀྱི་བྱས་སྟོ་མོ་བརྒྱད་ཁྲི་བཞི་སྟོང་སྟོས་པའི་  
 མཆམས་སུ་ཡིད་སྟུབས་བྱེད་པས་བྱུན་ལོག་སྟེ། འཇིག་  
 ཏེན་ན་མཁས་པ་ཉུང་བ་དེས་ཡིན་པར་གྲགས། དེ་ལ་  
 བྲམ་ཟེའི་གཞུང་ལས། བྱེད་པ་པོ་ཉེར་བཞི་ཡིད་པ་ལས་  
 སྟེ་བ་ངག་གི་བྱེད་པོ་དབྱངས་ཅན་མ་ཞེས་འདོད་  
 དོ། །དེ་ཏྲར་བྱུ་མཆོའི་ཅ་ལྷབས་ལས་བྱང་བའི་སྟེ་སྟན་  
 པ་དེར་ཆངས་པ་མི་འཆི་ནས་ཡིད་གཏད་ཅིང་དགའ་  
 བ་ཉམས་སུ་སྟོང་བས་ཆངས་པའི་གསུང་དུ་བྲས་པ་  
 ཡིན་ལ། དེར་པའི་དོད་ཆངས་པ་ཡིན་པས་དབྱངས་  
 ཅན་མ་ཆངས་པ་ལས་བྱང་བ་དང་། ཆངས་པའི་བྱ་མོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་བཏེན་ནས་བྱང་བ་  
 ཡིན་འདུག་ཅིང་། སྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་བྱུ་མཆོའི་ལྷབས་ཀྱི་སྟེ་  
 སྟན་པ་དེ་དང་པོར་མཆོ་ལྷབས་རང་ནས་བྱང་ཞིང་།



ཚངས་པས་དེ་ལ་ཡིད་གཏད་པ་འདྲ་ཞིག་དངོས་བསྟན་  
 ལ་བྱང་ཡང་། སྦྱར་བྲམ་ཟེའི་ལྷགས་ལ་འཇིག་རྟེན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པོ་ཚངས་པ་ཡིན་པར་འདོད་པས།  
 མཚོ་ལས་ལྷབས་ནང་སྦྱ་སྟན་འབྱང་བ་སོགས་དེ་ཐམས་  
 ཅད་ཚངས་པ་ཉིད་ཀྱི་མཐུས་སྦྱེད་པ་ལས་གཞན་དུ་  
 མེད་ཕྱིར་སྦྱ་སྟན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཚངས་པའི་གསུང་  
 དུ་བྱས་པ་ལ་མ་འབྲེལ་བ་དང་འགལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོར་  
 བྲམ་ཟེའི་ལྷགས་ལ་མེད་ཅིང་། སྦྱར་སྦྱ་དབྱངས་ཀྱི་  
 རིགས་ཐམས་ཅད་ཚངས་པ་ལས་བྱང་བ་མི་འགལ་  
 ཡང་། སྐབས་འདིར་དབྱངས་ཅན་མ་འབྱངས་པའི་རྒྱ་  
 རྒྱུ་མཚོ་ལྷབས་ཀྱི་སྦྱ་དེ་ཚངས་པ་ལས་བྱང་བའི་  
 ཚངས་པའི་གསུང་དུ་ངེས་པར་འབྲེལ་བ་ཡིན་ཅིང་།  
 དེས་ན་སྐབས་དེའི་དབྱངས་སྟན་པ་དེ་དབྱངས་ཅན་མ་  
 རང་གི་རྒྱུའམ་ངོ་བོར་གྱུབ་པ་དེ་སྦྱ་དབྱངས་ཀྱི་གཙོ་  
 བོར་གྱུར་པས་དེ་ལ་དབྱངས་ཅན་མའི་མིང་ཐོབ་ཅིང་།

དེས་མཚོན་ནས་སྒྲ་དབྱངས་ཐམས་ཅད་ལ་དེར་  
 བཏགས་པ་ནི་གཙོ་མིང་པལ་པ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་  
 ཏུ་བྱས་པའོ། ལོ་རྒྱུས་འདི་དང་ཚུལ་མཐུན་པ་དགོན་  
 མཚོག་ཏུ་ལའི་མདོ་ལས། རྒྱ་མཚོའི་ལྷ་མོ་སྒྲ་ལྡན་ཅེས་བྱ་  
 བ། ཁེམས་ཅན་རྒྱ་མཚོར་ཇི་སྟེད་སྒྲེས་ནམས་ཀྱི། སྒྲ་ཡི་  
 ཡན་ལག་དབྱངས་ཀྱི་ཚུལ་མཁས་ཏེ། །རང་གི་སྐད་ཀྱིས་  
 སྐད་ཀྱི་ཆོམས་པར་བྱེད། སྒྲ་ལྡན་ཆགས་སྣང་གཏི་  
 ལྷག་ཅན་དེ་ཡང་། སྐད་ནམས་ཀྱི་སྒྲ་ཡི་ཚུལ་  
 མཁས་ན། །གཟུངས་དང་ཆོས་དང་སྟོབས་ལ་དབང་ཐོབ་  
 ནམས། །ལྷར་བཅས་འཇིག་རྟེན་ཅི་བྱུང་མགུ་མི་  
 བྱེད། །ཏུ་བྱ་བུ་ཡི་ཆུང་མ་དབྱངས་ལྡན་མ། །ཆངས་པའི་  
 བུ་མོ་ཡིད་ལས་བྱུང་བ་དེ། །བདེན་དང་དམ་བཅས་མི་  
 འཆོ་དགའ་ནམས་ཀྱི། ཁེམས་དང་ཡིད་དང་ཁ་ཡི་སྒྲོར་  
 འཇུག་སྟེ། །དབྱངས་ལྡན་ཆགས་ཅན་ཞི་སྣང་ཅན་དེ་  
 ཡང་། །བརྟུལ་ཁྱགས་གྲུབ་མཐུན་དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་

གིས། །ཡིད་འོང་སྐད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་མགུ་བྱེད་ན། །ཡི་  
 ཤེས་ཡོན་ཏན་ཕྱག་རྣམས་ཅིེས་མེ་བྱེད། །ཅེས་བྱུང་  
 བས། རང་ཅག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
 ཟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་ཁས་ལེན་རུང་  
 བར་བཞེད། དེ་ལྟར་ཚངས་པའི་གསུང་ལ་གདོང་གི་ཐ་  
 སྐད་བྱས་ནས། དེ་ཉིད་པད་ཚལ་གྱི་གཟུགས་སུ། བཀོད་  
 པ་དེ་ན་གནས་པའི་ངང་པའི་བྱ་མོ་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་  
 ཏུ་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ཧྲི་ས་བ་རྣ་ུར་ཞེས་བྱུང་བ་  
 ཚངས་པའི་བྱ་མོ་འཕ་ངང་པའི་བྱ་མོ་དང་། འགྲེལ་པའི་  
 རྒྱ་དཔེར། ཧྲི་ས་ཨི་ག་རྣ་ཞེས་ཡོད་པ་ཚངས་པའཕ་ངང་  
 པའི་བྱུང་མེད་དེ། འདི་ཉིད་གཟུགས་ཅན་དང་སྐྱ་སྐྱར་  
 གཉིས་ཀ་ཡིན་པ་ལ། བོད་སྐད་ཏུ་ངང་པའི་བྱ་མོ་ཞེས་  
 བསྐྱར་བས་གཟུགས་ཅན་ཏུ་ཤུགས་ཀྱིས་གསལ་ཞིང་སྐྱ་  
 སྐྱར་ཞིག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱ་ཇི་ལྟར་སྐྱར་ན་ཧྲི་ས་ཞེས་  
 དཔེ་ངང་མོ་དང་། དཔེ་ཅན་ཚངས་པའི་བྱ་མོ་དབྱངས་

ཅན་མ་གཉིས་སྒྲ་སྒྲར་བ་སྟེ། ངང་མའི་སྐབས་དངོས་  
 མིང་དང་། ཚངས་པའི་སྐབས་ཟུ་སྟེགས་ཚོས་འདོད་  
 པའི་བདག་དང་ཚངས་པ་གཉིས་ངོ་བོ་ཡང་གཅིག་  
 ཅིང་། མིང་གི་སྐད་དོད་ཀྱང་ཕན་ཚུན་བྱད་མེད་དུ་  
 འཇུག་པ་དཔེར་ན། བརྒྱན་ཡང་པ་ར་མ་རྟོ་ས་ཏེ་མཚོག་  
 གི་བདག་དེའི་དངོས་མིང་ཡིན་པ་ཚངས་པ་ལའང་  
 འཇུག་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་པ་ར་མ་རྟོ་ས་ཚངས་པའི་  
 མིང་དུ་བྱས་ནས། དེའི་གསུང་ལས་བྱུང་བས་སམ་དེས་  
 བསྐྱེད་པས་ན་ཚངས་པའི་བུ་མོ་སྟེ། བམ་ཟེ་ཡུར་བུས་  
 མཛད་པའི་བསྟོད་པ་གྲུབ་པ་ངག་གི་འོད་ཟེར་ལས།  
 བྱགས་རྩེ་མཐའ་ཡས་པ་རོལ་རྩེས་སུ་གཟུང་བའི་ཕྱིར།  
 ཚངས་པའི་བུ་མོ་བྱོད་སྒྲ་རྣམ་པར་གསལ་བའི་རྣམ་  
 འགྱུར་ཅན། ཞེས་གསུངས། དེ་བས་ན་ཚངས་པའི་ངག་  
 དང་། མཚོ་བྱང་སྟོ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་དང་། མཁས་  
 པའི་ངག་བརྗོད་ཡུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྣམས་ངོ་བོ་གཅིག་

ལ་རྣམ་པ་ཐ་དད་པ་སྟེ། འདིར་ཡང་དེ་དག་དབྱེར་མེད་  
 པ་ཉིད་བཟློད་དོན་དུ་བྱས་པའི་དཔེར། བད་མཚོར་  
 གནས་པའི་ངང་མོ་བཞག་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཉི་མའི་སྒྲ་  
 སྒྱར་བར་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་མ་བཤད་དོ་སྟེ་མ་ན་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ངང་པའི་བུ་མོ་ཞེས་པ་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀ་ནས་དོན་  
 དབྱངས་ཅན་མ་བཟློད་པར་དངོས་སུ་བསྟན་ཅིང་།  
 དཔེ་ངང་པ་ཡིན་པར་ཤུགས་ཀྱིས་གྲུབ་ལ་སྒྲ་སྒྱར་ཚུལ་  
 བཤད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཐམས་ཅད་དཀར་  
 བ་ཞེས་པ་ངང་མའི་སྐབས་ཁ་དོག་དཀར་བ་དང་།  
 དབྱངས་ཅན་མའི་སྐབས། ལྷང་ལས། ལྷ་མོ་དབྱངས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་དཀར་བ་བརྒྱ་དཀར་པོ་ཡི། དབྱས་སུ་  
 བཞུགས་པ་སྒྲ་མཁས་འདོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟོམ་པར་  
 བྱ། ཞེས་སྟོབ་དཔོན་རལ་ལྷའི་འགྲེལ་པར་དབྱངས་པ་ལྟར།  
 གདན་པད་ཟླ་དང་པད་དཀར་གྱི་ཐོད་བཅིངས་སོགས་  
 ཐམས་ཅད་དཀར་བ་ཞེས་བཤད་ཀྱང་མི་རུང་བ་མེད་

མོད། གཙོ་བོར་མི་ཤེས་ཚད་པའི་དྲི་མ་ཐམས་ཅད་  
 དང་བྲལ་བ་ལ་དག་ཅིང་དྲི་མ་མེད་པར་དཀར་བའི་ཐ་  
 ལྷ་བྱས་པའོ། །དབྱངས་ཅན་མ་ནི་ཞེས་པ་དང་མོ་སྐད་  
 ལྷན་པ་དང་ལྷ་མོ་ལ་དངོས་མེད་དོ། །ལྷ་ན་སེ་ཞེས་པ་  
 ཡིད་དང་། ད་ལྷ་ཁྱ་གར་སྟོ་ཕྱགས་སུ་ཡོད་པ་སྟོན་  
 ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ནས་ཁྱ་སྐྱུང་གི་གཟུགས་ཀྱིས་  
 འཇིག་རྟེན་འདིར་བབས་ནས། འཇོམ་སྒྲིང་སྟོ་ཕྱགས་སུ་  
 འབྱེལ་བས་ཚངས་པའི་མཚོའམ་ཡིད་ཀྱི་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ཁྱ་ལས་རིག་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེའི་སྐྱ་གདངས་རྣམས་འབྱུང་  
 ཞིང་དབྱངས་ཅན་མ་གནས་པར་གྲགས་པ། སྤར་བཤད་  
 པའི་མཚོ་དེ་ལས་བྱུང་བ། དེའི་ཆ་ཤས་སུ་གྱུར་པའི་  
 མཚོའི་བྱུང་པར་ཏེ། འབྲེལ་བ་ཀླ་མ་རྟེ་རྒྱར། འདི་ནི་  
 ཚངས་པའི་འཇིག་རྟེན་དུ་ཚངས་པའི་མཚོ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་ཁྱ་སྐྱུང་གི་གཟུགས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་འདིར་བབ་བོ་  
 ཞེས་གྲགས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་བས་ལྷ་ན་སེ་ཞེས་པ་ཡིད་

དང་། ལྷོ་ཕྱོགས་ཡིད་གྱི་མཆོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས་ན་  
 སྒྲ་སྒྲར། དེ་ཡང་དུས་མུང་དུ་མ་ཡིན་པར་འདོད་དོན་  
 ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་བར་དུ་འཇུག་དུས་རྟག་དུ་རོལ་  
 བར་མཛོད་ཅིག་ཅིས་སྒྲོན་ཅིང་ཤེས་པ་བཛོད་པ་སྟེ།  
 གང་དུ་རོལ་ན་ལྷོ་མོ་ལ་བསྒྲོས་ནས་ཁོ་བོ་སྟེ་དབྱུག་པ་  
 ཅན་གྱི་ཡིད་ལ་དང་། ངང་མོ་ལ་བསྒྲོས་ནས་ལྷོ་ཕྱོགས་  
 ཡིད་གྱི་མཆོ་ལ་རོལ་བར་མཛོད་ཅིག་པའི་བྱ་ཆོག་དང་  
 སྒྲེལ་ཏེ་མཆོ་ལ་ངང་མོ་རྩེ་བས་སོ། །དེ་ཡང་ལྷོ་ན་སེ་  
 ཞེས་པ་མ་ནས་ལ་དེ་ཕན་གྱི་ཨུ་བྱེན་པས་ལྷོ་ན་སེ་  
 ཞེས་གྲུབ་པ་ལ་བདུན་པའི་ངེ་སྒྱུར་བ་ཡིན་པས་ལྷོ་ནས་  
 བྱི་ཡིད་དང་ལྷོ་ཕྱོགས་ཡིད་གྱི་མཆོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་  
 པས། བོད་སྐད་དུ་འང་ཡིད་ལ་རིང་དུ་གནས་པར་  
 མཛོད་ཅིས་བསྒྱུར་བས། ཡིད་ཅིས་པ་ཡིད་རང་དང་  
 མཆོ་གཉིས་ཀའི་མིང་དུ་འགྱུར་བས་སྒྱུར་བྱེན་ཉམས་  
 པར་མི་འགྱུར་བའི་བྱེན་ལེགས་ཤིང་། འགྲེལ་པ་འགའ་



ཞིག་ཏུ་ཡིད་མཚོ་ཅེས་བཀོད་པ་ལྟར་ན་སྒྲ་སྒྲར་ཉམས་  
 རས་ཡིད་མཚོའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པར་འགྱུར་བས་མི་  
 ལེགས་སོ། །འདིར་དེ་ཅམ་བཟོད་ནས་ཤེས་བྱའི་གནས་  
 ཀུན་ལ་མ་སྒྲིངས་པ་དང་། བྱད་པར་སྒྲ་དོན་རྣམ་པར་  
 བཟུང་བའི་བསྟན་བཅས་འདི་ལྟ་བུ་ཚུམ་པ་ལ། ལྟའི་  
 དངོས་གྲུབ་ཀྱི་མཐུ་ལས་བྱུང་བའི་རྣམ་མཐུ་ཕུན་སུམ་  
 ཚོགས་པ་སྒྲུལ་ཅིག་ཅེས་པའི་འདོད་དོན་དངོས་སུ་མ་  
 སྒྲུལ་པར་དེའི་རྒྱ་ཅམ་ལ་སྒྲོན་པ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། ལྟ་  
 ངག་མཁན་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་ངག་རྣམས་ལས། སྒྲར་ཡང་  
 དངོས་པོ་གཞན་ཉིད་རྟོགས་པ་ཡིད། །གང་དེ་གྲགས་  
 པའི་ཆ་ཤས་བྲལ་བར་སྒྲུང་། །ཞེས་དང་། བཟོད་རིམ་  
 ལྟོབས་ལས་དངོས་པོ་ནི། །ཟབ་མོ་ངག་ཀྱང་གསལ་བ་  
 རྟེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྟ་ངག་མཁན་གྱི་དགོངས་  
 པ་རྟེ་ཤུགས་ལས་རྟོགས་བྱའོ། །དེས་ན་འདིའི་རྒྱ་ནི་  
 གཟུགས་ཅན་གྱི་སྒྲར་བ་ལ་རྣམ་གྲངས་བཟོད་པའམ་

ཆའི་རྒྱན་འདྲེས་པ་སྟེ། སྦྱར་བ་ལ་སྦྱ་སྦྱར་དང་དོན་སྦྱར་  
 གཉིས་ཀ་སྣང་། བོད་སྣང་ལ་སྦྱ་སྦྱར་བ་ཉམས་ནས་ཆེར་  
 མི་གསལ་བ་འདྲིར་འདུག། འོན་ཀྱང་དཔེ་ཅན་ལ་ཆོག་  
 སྦྱད་མེད་པས་འབྱུ་མང་པོའི་བསྒྱུ་བའང་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གཟུགས་ཅན་དངོས་ཀྱང་མ་ཡིན་པས་སྦྱར་རྒྱན་  
 གཙོ་ཆེ་བའི་རབ་སྟེལ་གྱི་རྒྱན་དུ་བཞེད་དོ། །ཡང་འཆད་  
 ལྷགས་གཅིག་ལ་དབྱངས་ཅན་མའི་སྣང་དོད་ས་ར་སྣ་  
 ཁྱི་ཞེས་པ་དེ་ཆོག་གམ་སྣང་ལ་ཡང་འཇུག་པས་མཁས་  
 པའི་ངག་སྟེ། ལྷན་ངག་དང་ངང་མོ་གཉིས་ཁོ་ན་དཔེ་  
 དོན་དུ་སྦྱར་ནས་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་གཞུང་ཆོག་  
 ཀྱང་། གདོང་བཞི་གདོང་པ་བརྒྱ་ཡི། །ཆལ་གྱི་ངང་པའི་  
 བྱ་མོའི་ཆོག་ །ཐམས་ཅད་དཀར་བ་བདག་གི་ནི། །ཡིད་  
 ལ་རིང་དུ་རོལ་པར་མཛོད། །ཅེས་འདོན་པར་བཤད་  
 པའི་རྣམ་པ་སྦྱ་མ་གཉིས་ཀྱི་དོན་སྦྱར་བཤད་ཟིན་གྱི་  
 ཞར་ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར་ལ། ཐམས་ཅད་དཀར་བ་

ནི་ཆོག་དོན་གཉིས་ཀའི་ཆ་ལ་སྒྲིན་གྱི་དྲི་མས་མ་གོས་  
 པའི་དཀར་བ་དང་། ཡིད་ལ་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་ཐོགས་  
 མེད་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་གང་ཡིན་པ་ཉིད་རོལ་བ་སྟེ་  
 གནས་པར་མཛོད་ཅིག་ཅིས་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་བ་ཅམ་  
 བྱུང་པར་ཏེ་གཞན་འདྲའོ། ཡང་སྤྱོད་དཔོན་ངག་གི་  
 དབང་ཕྱུག་གྲགས་པས་ནི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ལ་སྐུར་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་མོད། དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 འགྲེལ་པའི་ཆོག་རྒྱ་དཔེ་ལས་བསྐུར་ནས་བཀོད་པ་ནི་  
 འདི་སྟེ། ཡང་ན་འདི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 ལ་བཟླགས་པ་སྟེ། དེ་ནི་སྟེ་དང་སྟེ་མ་ཡིན་གྱི་སྟེ་མར་  
 རབ་དུ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་རོ། འདི་དེ་དྲན་པ་ནི་ལེགས་  
 པར་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ་འདི་ནི་མེད་པ་བའི་སྟོའི་  
 ང་རྒྱལ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། གཞི་བཞེ་ཞེས་  
 སྟགས་ནི་འདིར་གྲགས་པ་སྟེ་མཚོ་ལྷན་མ་ནི་ངག་  
 གོ་ངག་ནི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་དགུའི་བདག་ཉིད་

རོ། །དེའི་སྐབ་བྱེད་ཅི་ཞེ་ན། ཐམས་ཅད་ཅེས་དང་བཞི་  
 ཞེས་སོགས་ཁྱད་པར་གཉིས་གསུངས་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 དཀར་བ་ཉིད་ཀྱི་ངག་ནི་ཕན་པའི་རྒྱན་ལ་མ་བསྟོས་  
 པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལས་རབ་དུ་བྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། །བཞི་ནི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་སྟེ་  
 ངག་གི་ཐབས་རྣམས་སོ། །སྒོ་བཞི་དང་ཞེས་པ་ནི་སངས་  
 རྒྱས་བཙུགས་ལྷན་འདས་སོ། །སྒོའི་སྐྱ་ཐུན་མོང་གི་ཐབས་  
 བརྗོད་པ་ཅན་ཡིན་ཡང་ཐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་བརྗོད་པ་  
 ནི་རབ་དུ་བྱེད་པ་ལས་ཏེ་ལྷག་མ་དང་མཚུངས་  
 སོ། །ཞེས་འབྱུང་། གཞན་ཡང་སྐབས་འདིར་སྐྱར་གཞི་  
 སངས་རྒྱས་རང་ཡིན་པ་སྐྱར་ཚུལ་གྱི་བཤད་པ་མི་འདྲ་  
 བ་གསུམ་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་ཐོས་ཀྱང་དེ་ཙམ་ལས་  
 བསྐྱར་བ་མ་གནང་བས་འདིར་ཡང་འགོད་པར་རྗེ་མ་  
 ཐོགས་ལ། རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་འང་སངས་  
 རྒྱས་ལ་སྐྱར་བའི་བཤད་ཚུལ་རྒྱས་པར་མ་བྱུང་ཡང་

ཟུར་སྒྲོས་ཅམ་འདུག་གསུངས། དེས་ན་སྐབས་འདིར་  
 གཞུང་ཆོག་ཀྱང་། སྒོ་བཞི་ཅན་ཞལ་པད་ཆལ་གྱི། །ངང་  
 པའི་བྱ་མོ་ཐམས་ཅད་དཀར། །ཡང་དག་གསུང་ནི་ཁོ་བོ་  
 ཡི། །ཡིད་ལ་རིང་དུ་གནས་པར་མཛོད། །ཅེས་འདོན་  
 དགོས་པར་ངག་དབང་གྲགས་པའི་འགྲེལ་པ་ན་བཤད།  
 དེའི་དོན་ནི་སྒོ་བཞི་ཞེས་པ་བྱམས་པ་སྟོང་རྗེ་དགའ་བ་  
 བཏང་སྟོམས་བཞི་སྟེ། ཐབས་བྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
 འཁོར་བསྐྱར་བའི་བདག་རྒྱུན་ཆད་མེད་པའི་སྒོ་བཞི་  
 ཐུན་མོང་བའི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱང་བས་ན་སྒོ་  
 བཞི་ཅན་ནི་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་སོ། །དེའི་  
 ཞལ་པད་ཆལ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ། དེ་ན་གནས་  
 པའི་ཏྲི་ས་ཨི་ག་རྒྱ་ཏེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཡན་  
 ལག་དགུའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ངག་དེ་ཡང་གྲུབ་  
 མཐའ་ཐུན་མོང་བའི་སྐབས་འདིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 བཛོད་པ་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ངག་ཐམས་ཅད་ཆངས་

པའི་ངག་གམ་ཚངས་པའི་བྱ་མོ་མཚོ་བྱང་དབྱངས་ཅན་  
 མར་སྒར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་  
 རི་བཙུང་པ་ལྟར་སྐུ་མཚན་གསུང་གི་ནང་ན་མཚན་  
 ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་པས། ཚངས་པའི་བྱ་མོར་ཞར་གྱིས་  
 འགྲུབ་པས་ན་མཚོ་ལྷན་མ་རི་ངག་གི་ཞེས་གསུངས། དེ་  
 ཉིད་དཔེ་ངང་པའི་བྱ་མོའི་ངོ་བོར་བཀོད་ནས་ཐམས་  
 ཅད་དཀར་བ་རི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་རབ་ཡན་ལག་  
 དགྲའི་བདག་ཉིད་ཅན་དེ་དག་སྦྱར་བྱས་མོང་གི་ཐབས་  
 ཚད་མེད་པ་བཞི་ཀ་ལས་བྱང་ཡང་། ཐབས་ཀྱི་བྱང་པར་  
 དེའི་ནང་ཚན་ཏུ་གྱུར་པ་ཕན་པའི་རྒྱུ་ལ་མ་སྟོས་པར་  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའམ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལས་བྱང་བ་ཐོག་  
 མཐའ་བར་ཏུ་དགོ་ཞིང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དང་སྟོ་  
 ཐམས་ཅད་ནས་སྦྱོར་གྱིས་མ་གོས་པའི་ཕྱིར་ན་ཐམས་  
 ཅད་དཀར་བའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཡང་དག་པའི་གསུང་  
 ཚིགས་སུ་བཅད་པ་དང་། ཚེད་ཏུ་བཙུང་པ་དང་། སྟོང་

གཞི་དང་། རྟག་པ་བཟོད་པ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་བྱང་བ་  
 དང་། རྟེན་རབས་དང་། ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་། མཛད་ཏུ་  
 བྱང་བ་དང་། གཏན་ལ་དབབ་པ་སྟེ་ཡན་ལག་དགུའི་  
 བདག་ཉིད་ཏུ་གནས་པ་དེ་རྣམས་དབྱུག་པ་ཅན་ཁོ་  
 བོའི་ཡིད་ལ་རིང་ཏུ་གནས་པར་མཛོད། ཅེས་པ་དེ་  
 རྣམས་ནི་འབྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་ཏེ་གཞན་  
 ལྟར་དང་མཚུངས་སོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་འདི་སྟུམ་དུ།  
 གཞུང་མཛད་པ་པོའི་སློབ་དཔོན་ཀྱང་ནང་པ་མ་ཡིན་  
 ཅིང་འཆད་བྱའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་ཐུན་མོང་བའི་རིག་  
 གནས་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ལ་མཚོད་པར་བཟོད་པའི་  
 འབྲེལ་ཚུལ་འདི་ནི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་  
 སྐབས་དང་མི་འབྲེལ་ལ་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་  
 ངག་དབང་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ནི་སྟ་དང་མའི་སྒྲ་མར་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་  
 སྟགས་དང་། གཞུང་མཛད་པ་པོ་སློབ་དཔོན་དཀྲོལ་འདི་



ཡང་མེད་པ་སྟེ་ཆད་པར་སྟ་བས་སངས་རྒྱས་ལ་མི་གྲུས་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདི་སྟར་བཀྲལ་བ་གཞུང་གི་  
 དགོངས་པ་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་བར་དགོངས་  
 པའོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་སངས་རྒྱས་དྲན་པར་བྱེད་པར་  
 སྐྱར་ཏེ་དེ་ནི་དགེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་བྱེད་  
 པ་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ལ་དེའི་གསུང་རབ་དྲན་པར་བྱེད་  
 པ་ནི་སྟོན་པ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ན།  
 དེའི་གསུང་ཉིད་གདུལ་བྱ་ན་མས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡིན་པས་  
 དེ་དྲན་པའི་སྒོ་ནས་འགོ་བའི་སྒྲ་མ་རྗེས་སུ་དྲན་པར་  
 བྱས་པའོ། །

སྐབས་འདིར་བོད་འབྲེལ་མཁན་པོ་ཅི་རིགས་པས་  
 དབྱངས་ཅན་མ་དྲི་ཟའི་བྱ་མོར་བྱས་པའི་བཤད་ཚུལ་  
 དང་། སྟན་ངག་དང་རིག་བྱེད་བཞིའི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་  
 པའི་སྟན་ཚིག་རིག་བྱེད་གཅིག་པར་འདོད་ཅིང་། དེ་

ཚངས་པའི་གདོང་ལས་བྱུང་ཚུལ་གྱི་བཤད་པར་སྒྱུར་བ་  
 དང་། མཚོད་བཟོད་འདི་ཉིད་སྒྱུན་རས་གཟིགས་ལ་  
 སྒྱུར་ནས་བཤད་པའི་ཁྱད་སྤངས་སྒྲོལ་དཔོན་ངག་དབང་  
 གྲགས་པའི་རྒྱ་འགྲེལ་ན་ཡོད་དོ་ཞེས་འཆད་པ་སོགས་  
 རི་ཁྱད་སྤངས་མེད་བརྟག་མི་བཟོད་པ་རི་བོང་ཅལ་སྒྲོག་གི་  
 སྒྲོ་བཟོའི་བཤད་པ་རྒྱུན་འབྱམས་སུ་བྲིས་པ་ཤ་སྟག་  
 གོ་།དེ་ཡང་སྒྱུར་ངོ་བུ་ལ་ཉི་མའི་མེད་འཇུག་པའི་སྐབས་  
 ཡོད་པ་བདེན་ཅིང་། དབྱངས་ཅན་མ་ངོ་བུ་རྩ་སྒྲུ་རུའི་  
 རྒྱུང་མའི་ཚུལ་འཛིན་པས་སྒྲོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ལ་  
 གནས་པར་ཡང་གྲགས་ཏེ། བཅ་བེ་ཕུར་བུས་ཀྱང་།  
 བེལ་འཁྱེད་གཟུགས་བརྟན་རྩ་སྒྲུ་རུ་ལ་དགའ་བསྐྱེད་ཚུལ་  
 འཛིན་མ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་ངོ་བུ་རྩ་སྒྲུ་  
 རུའི་རྒྱུང་མ་ཡིན་པ་ལ་ངོ་བུ་བུ་མའི་ཐ་སྟངས་ཅམ་  
 འདོགས་ན་མ་གཏོགས་དབྱངས་ཅན་མ་ངོ་བུ་བུ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཁྱད་སྤངས་ཕྱི་ནང་གི་གཞུང་ཚད་མ་རྣམས་ལ་

ཡོད་མེད་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ་བའི་གནས་སུ་སྒྲུང་ལ།  
 གལ་ཏེ་ངེ་ཟའི་བྱ་མོ་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་། གདོང་བཞི་  
 གདོང་གི་སྐྱུ་མེད་དང་སྒྲེལ་བས་ཇི་ལྟར་འབྲེལ། དེས་ན་  
 འཆད་ཚུལ་འདི་ལྟ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གིས་གསར་  
 ཏུ་མཛད་པའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་མཛད་བྱི་མ་དག་འབྲངས་  
 པ་ཡིན་ཀྱང་མི་འཐད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་ཆོག་རིག་  
 བྱེད་དང་སྟོན་ངག་གཉིས་ནི་ཚུལ་གཤེག་དུ་ཐ་དད་པས་  
 རྣམ་ཡང་གཅིག་པའི་སྐབས་མེད། འདིའི་འབྲེལ་གཞི་  
 ཚངས་པའི་གདོང་བཞི་ལས་རིག་བྱེད་བཞི་བྱུང་བར་  
 བཤད་པ་དང་། དཔང་རྒྱུ་དུ་སྒྲོལ་དཔོན་མ་ཁོལ་གྱི་  
 ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་ལུང་། ཚངས་པས་ཆེ་ཡི་རིག་བྱེད་  
 དྲན། །ཞེས་པ་དྲངས་ནས། ཉམས་ལྡན་གྱི་ཆོག་རྣམས་  
 ཚངས་པས་བཤད་པར་འདོད་པས་ན་ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་འདུག་ཀྱང་། ཚངས་པའི་གདོང་  
 བཞི་ལས་རིག་བྱེད་བཞི་བྱུང་བར་བཤད་མོད། ལུས་པ་

ལས་ཁྱུ་བྱང་ཡང་ཁྱུ་དེ་བུས་པས་བྱས་པ་མ་ཡིན་པ་  
 བཞིན་དུ། ཚངས་པའི་གདོང་བཞི་ལས་རིག་བྱེད་བཞི་  
 བྱང་ཡང་། དེ་བཞི་དུས་དེར་ཚངས་པས་གསར་དུ་བྱས་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བྱི་རོལ་པ་ནམས་ཀྱིས་རིག་བྱེད་བཞི་  
 ཏྲག་པར་འདོད་པ་གང་ཞིག་དུས་དེར་བྱས་པ་ཡིན་ན་  
 གསར་བྱང་དུ་འགྱུར་བས་ཏྲག་པ་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་དཔེའི་སྐད་དོད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 ནའང་། ཀ་བི་ཞེས་པ་སྟན་ངག་མཁན་དང་། དེའི་ལས་  
 སམ་དེའི་འདི་ཞེས་པའི་དོན་ལ་རྒྱུ་སྐྱར་བས་ཀྱ་བྱ་  
 ཞེས་གྲུབ་པ་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་ལས་སམ་སྟན་ངག་གི་  
 གཞུང་ལ་འཇུག་སྟེ། སྐ་གཅིག་དོན་མང་གི་གཞུང་ལས་  
 ཀྱང་ཀྱ་བྱི་གཞུང་དང་ཀྱ་བྱ་མཐུན་ལ། ཀྱ་བྱ་སྐལ་པོ་སྟོ་  
 དག་ལ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། སྟན་ཆོག་རིག་བྱེད་ནི་སྟན་  
 ངག་མཁན་གྱི་ལས་མ་ཡིན་པས། དེ་ལ་ཀྱ་བྱ་ཞེས་པའི་  
 སྐ་ནམ་ཡང་འཇུག་པའི་སྐབས་མེད་དོ། །ཡན་ལག་

བརྒྱད་པའི་ལུང་དུ་ཆེའི་རིག་བྱེད་ཅེས་པ་གསེང་བྱུང་  
 གྱེ་རིག་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཆངས་པས་གསར་དུ་བྲན་པར་  
 འདོད་པ་བཞིན། ཞེས་དཔེར་བཞོད་ནས་ཉམས་ལྡན་ཏེ་  
 སྟན་ངག་གི་རིག་པ་ཡང་ཆངས་པ་ལས་གསར་དུ་བྱུང་  
 བྱེད་བྱུང་ཚུལ་སྤར་བཤད་པ་བཞིན་ཡིན་གྱི། སྟན་ངག་  
 སྟན་ཆོག་གི་རིག་བྱེད་ཡིན། དེ་ཆངས་པའི་གདོང་ལས་  
 གསར་དུ་བྱུང་བར་སྟོན་པ་ག་ལ་ཡིན། འོ་ན་ཀུན་མཁྱེན་  
 ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་བོད་ཡུལ་དུ་རྒྱལ་  
 བའི་བཀའ་འགྱུར་རོ་ཅོག་གི་དཀར་ཆག་ཟླ་འོད་གཞོན་  
 རུའི་འཁྲི་ཤིང་དུ་གྲགས་པའི་བསྟོན་སྟོན་ཆོགས་སུ་བཅད་  
 པ་རྒྱང་པ་དང་པོར། གང་ཞིག་དང་པོར་རིག་བྱེད་རྣམས་  
 འབྱེན་གདོང་བཞི་པ་དང་ཤེས་བརྗོད་ཉན། ཞེས་  
 གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། ཡིན་མོད་ཀྱང་དེ་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་ན་རིག་བྱེད་དང་པོར་འབྱེན་པ་པོ་ཡིན་པ་  
 ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་གྱི། རིག་བྱེད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོར་

གསུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྐབས་འདི་དག་ཏུ་ཕྱི་རོལ་པ་  
 རྣམས་རང་གི་འདོད་པ་དང་མཐུན་པར་འཆད་དགོས་  
 པས། བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་ཀྱི་འགྲེལ་པར་སློབ་  
 དཔོན་ཤེས་རབ་གོ་ཆས། རིག་བྱེད་པ་ནི་རིག་བྱེད་དག་  
 གི་འདུ་བྱེད་པའང་ཡིན་ལ། སྐྱེས་བུས་མ་བུས་པ་ཡང་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་འདོད་པ་དང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཡིན་ལ། སྟན་དག་ལ་དེ་ལྟར་འདོད་མཁན་ཕྱི་ནང་གི་  
 གྲུབ་མཐའ་སྤྲོ་བ་སུ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་  
 ཏུ་མདོ་བ་མ་ཏོག་བཀོད་པ་ལས། སྟན་རས་གཟིགས་ཀྱི་  
 མཆེ་བའི་རྩེ་ལས་དབྱངས་ཅན་མ་སྟུང་བར་བཤད་པ་  
 དང་། བྲམ་བེ་ཕུར་བུས། སྟན་རས་གཟིགས་དབང་ཞལ་  
 ཀྱི་མཆེ་བའི་རྩེ་ལས་མདོན་སྤྲུལ་ཞིང་། །སོགས་གསུངས་  
 པས་དབྱངས་ཅན་མ་སྟུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྤྲུལ་པར་  
 བཤད་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་ཀྱང་། དེ་སྐབས་འདིར་  
 བསྐྱེགས་པས་མི་འགྲིགས་ཏེ། རྒྱ་སྐད་ཟུ་ཁ་ཞེས་པ་

[illegible]



མཆན་འབྲེལ་ལ་སྐྱུ་ཞབས་ལྷ་པ་ཆེན་པོ་བཀའ་བརྒྱུན་  
 པའི་གཞོན་བྱེད་ཐམས་ཅད་འདིར་ཡང་ཉེས་པ་མཉམ་  
 པའི་ཕྱིར་བྱེད་མེད་དུ་འབབ་པར་འགྱུར་ཏེ། སྤྲུགས་  
 འཁོར་སྒྲིམ་པའི་བརྒྱུད་སྒྱུར་རུང་ན་བདག་མདུན་གྱི་  
 ལྷའི་རྣམ་པ་སྒྲིམ་པའི་བརྒྱུད་ཀྱང་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྱུར་མི་  
 རུང་། དེས་ན་རྗེ་བོད་མཁས་པས། མཆོད་བརྗོད་དང་།  
 མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲིམ་ལྷའི་འབྲེལ་  
 པར། སྒྲིམ་མེད་པའི་ལེགས་བཤད་ཡོད་ཅེས་བསྟན་གསུངས་  
 བརྗོད་མཛད་མོད། པཌ་ཆེན་འདི་ཉིད་སྤྲུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 མཐུས་འབྲེལ་པ་འགྲོ་དོན་ཆེ་བ་ཡིན་ཞེས་ཞུན་ལ་  
 གྲགས་པ་ལྟར་ན། སྤྲུགས་བསྐྱེད་ལ་བསྟན་གསུངས་པར་འོས་  
 མོད་འབྲེལ་ཚུལ་ཕལ་ཆེར་ལེགས་བཤད་ཁོ་ནར་མ་ངེས་  
 ཏེ། འོག་ཏུ་ཡང་རིམ་པས་ཤེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་  
 བུའི་མཆོད་པར་བརྗོད་པ་ལའང་དབྱེ་ན། མཆོད་བརྗོད་  
 འདུད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན། ཤེས་པ་བརྗོད་སྟགས་མི་

འགལ་ཏེ། །ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་སྟོན་པ་ཡི། །ཆེ་བ་འབའ་  
ཞིག་སྟོན་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས། འདིར་ནི་  
ཤེས་པ་བརྗོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མཆོད་པར་བརྗོད་  
པའོ། །དགོས་པ་ནི། བསྟན་བཅས་བྱེད་པའི་དམ་པ་  
ཡིས། །སྟོན་པ་ལ་ནི་མཆོད་བརྗོད་བྱ། །བསྟན་པ་སྟེལ་  
ཕྱིར་དག་པའི་ཆོག་ །འདི་ལ་འཐད་པ་བཟང་པོ་  
མཐོང་། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

རྩལ་པར་དམ་བཅའ་བ།

གཉིས་པ་རྩལ་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

བསྟན་བཅས་སྤྲུལ་རྣམས་བསྟུས་ཤིང་། །

སྟོར་བ་རྣམས་ཀྱང་ཉེར་མཆོན་ཏེ། །

ཇི་ལྟར་རྟུས་བཞིན་བདག་གིས་ནི། །

སྟན་དག་དག་གི་མཆོན་ཉིད་བྱ། །

བསྟན་བཅོས་སྤྲུལ་མ་རྩུ་མ་ཤམ་ལ་སོགས་པ་རྒྱན་གྱི་  
 བསྟན་བཅོས་སྤྲོན་བྱང་བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལས་ཆོག་  
 ཉུང་དོན་ཆང་ཉུང་དུ་རྣམ་པར་གསལ་བས་གཞུང་ཆེན་  
 པོ་དེ་དག་གི་དོན་མ་ལྟས་པ་འདིར་བདེ་སྒྲག་དུ་རྟོགས་  
 པར་འགྱུར་བས་བཟུང་སླ་བའི་བསྟན་བཅོས་སུ་བསྟུས་  
 ཤིང་། རྩུ་མ་ཤམ་འི་གཞུང་དུ་མེད་པ་གཞུང་གཞན་གྱི་ར་  
 ཏ་ལ་སོགས་པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱི་སྦྱར་བ་རབ་དྲངས་  
 སོགས་ཡོན་ཏན་བཅུའི་སྦྱར་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉེ་བར་  
 མཆོན་པར་བྱས་ཏེ། སྟན་ངག་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
 སྦྱུའི་ངོ་བོ་དཔེར་ན་ཤིང་རྣམས་ཀྱི་སྤྲོང་པོ་ཡལ་ག་ལོ་མ་  
 དང་། བ་ལང་རྣམས་ཀྱི་འོགས་དང་སྒྲོག་ཤལ་ལྟ་བུ་སྦྱུའི་  
 མཆོན་ཉིད་བརྗོད་པས་བྱེ་བྲག་ཇི་སྟེད་པ་གོ་བར་  
 འགྱུར་བའི་ཚུལ་གྱིས་སམ། ཡང་ན། སྟན་ངག་གི་བསྟན་  
 བཅོས་ཆེན་པོ་ལྟས་དང་རྒྱན་གྱིས་བསྟུས་པ་གང་ཡོན་  
 པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ནི་འདིས་མཆོན་པར་བྱེད་

བས་ན་སྟན་ངག་གི་གཟུགས་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ་  
 འདིར་བསྟ་བར་བྱ་བའི་སྟན་ངག་གི་མེ་ལོང་། རྒྱན་གྱི་  
 བསྟན་བཅོས་འདི་ཇི་ལྟར་རྒྱས་པ་ཞེས་ཁེངས་བསྐྱུངས་  
 བའི་ཆོག་གིས་བསྟན་བཅོས་རྩམ་པ་པོ་མངོན་པའི་ང་  
 རྒྱལ་མེད་པས་སྐྱེས་བྱ་དམ་པར་མཆོན་རྒྱས་པ་དང་། དེ་  
 ལྟར་མི་རྒྱས་བཞིན་དང་ཡོངས་སུ་ངལ་བཞིན་དུ་འབད་  
 པ་ནི་དོན་བཟང་པོ་འཇ་དོན་ཆེན་པོ་མཐོང་ནས་དེ་ལ་  
 འཇུག་འདོད་པའི་སྣོ་བ་དང་། བསྟན་བཅོས་བྱུང་པར་  
 ཅན་དུ་སྟོན། གལ་ཏེ་མི་མཁས་ན་ཆོགས་ཀྱི་དབུས་སུ་  
 ཁས་ལེན་མི་རྒྱས་པའི་བྱེད། རྩམ་པ་པོ་རང་ཉིད་མཁས་  
 པར་སྟོན་པའང་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་རྩམ་པའི་  
 ལས་གང་ལ་འཇུག་པའི་ཡུལ་ལམ། གང་འཆད་པ་ནི་  
 སྟན་ངག་ཆེན་པོ་དག་གི་མཆོན་ཉིད། གང་གིས་འཆད་  
 ན་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་བདག་གིས་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་དཀྱི་  
 ཉིད་དང་ཕལ་པ་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་འདིས་སོ། །ཇི་

ལྟར་འཆད་པའི་བྱ་བ་ནི་ཉུང་དུ་རྣམ་གསལ་གྱི་ཚུལ་ཏེ་  
 ལྟར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དམ་བཅའ་བ་  
 འདི་འཆད་ན་མི་དགོས་ལ་མི་འཆད་ན་དོན་མེད་དོ་  
 ལྟམ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། སློབ་དཔོན་སྐུ་སྐྱབ་ཞབས་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཤེས་རབ་སྤྲོད་བུ་  
 ལས། དམ་པ་རྣམས་ནི་ཁས་འཆེ་མི་བྱ་ཞིང་། །གལ་ཏེ་  
 དཀའ་བས་ཁས་ནི་སྤངས་གྱུར་ན། །དོ་ལ་རི་མོ་བྲིས་པ་  
 རི་བཞིན་དུ། །ཤི་ཡང་གཞན་དུ་འདོར་བར་ག་ལ་  
 འགྱུར། །ཞེས་དང་། ཡ་རབས་རྣམས་ནི་སྟོག་ནི་གཏོང་  
 གི་དམ་བཅའ་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱ་བ་བར་  
 ཆད་མེད་པར་མཐར་འབྲིན་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་དམ་  
 བཅས་པའོ། །སྐབས་འདིར་བོད་ཀྱི་འབྲེལ་མཛད་ཕྱི་མ་  
 རྣམས་ཀྱིས། མེ་བཞིན་འཇུག་གི་བུ་མོས་བྱས་པའི་སྟན་  
 ངག་སྒྲོམ་པའི་ཆོས་དང་། དྲང་སྤྲོད་གྲོག་མཁར་གྱིས་  
 བྱས་པའི་རྩ་མ་ཡ་ན་ཞེས་པ་རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཏ་དང་

བཅུན་མོ་རོལ་རྟེན་མའི་ལོ་རྒྱུས་སྟན་ངག་ཏུ་སྐྱར་བ་སྟོ་  
 ཀ་འབྱམ་ཡོད་པ་དང་། མཁའ་ལྷོ་ཡས་བྱས་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་ཨུ་ཏུ་ཤ་ཕུ་རྩ་ཏེ་སྟོན་གྱི་རབས་བཅོ་བརྒྱད་  
 དམ། སྟོན་རབས་གྱི་ཆོས་ཞེས་པ་བྱབ་འཇུག་གི་འཇུག་  
 པ་སོགས་སྟོན་པ་སྟོ་ཀ་འབྱམ་སྟག་བཅས་ཡོད་པ་དང་།  
 ཀུ་ལི་ཏུ་ས་སྟེ་ནག་མའི་ཁོལ་པོས་སྐྱར་བའི་སྟན་ངག་  
 གཞོན་ཏུ་འབྱུང་བ་སོགས་ལས་བདུས་ཞེས་འཆད་པ་ནི་  
 མི་ལེགས་ཏེ། དེ་ཐམས་ཅད་ལུས་རྒྱན་སྐྱར་བེན་པའི་  
 སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་འབའ་ཞིག་ཡིན་གྱི་རྒྱན་གྱི་  
 བསྟན་བཅོས་མ་ཡིན་པས་སོ། །

དགོས་པ་སོགས་བཤད་པ།

གསུམ་པ་དགོས་སོགས་བརྗོད་པ་ལ། ཟླ་བཞིའི་ཐ་སྟངས་  
 འཇུག་པ། གྲགས་པ་དུས་རིང་པོར་གནས་པ། ཡོན་ཏན་

དང་སྒྲིན་འབྲེད་པ། དེས་ན་བསྟན་བཅོས་བརྩམས་པ་  
སྟེ་བཞིའོ། །

སྟེ་བཞིའི་ཐ་སྟངས་འཇུག་པ།

དང་པོ་ནི། སྟན་ངག་གི་མཚན་ཉིད་མི་ཤེས་པ་དཔེར་ན་  
རྒྱ་གར་དུ་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྟེ་ཁ་ཟེར་བ་མི་  
ཆེན་པོའི་རིགས་ལ་བསྟོད་པ་བརྗོད་པས་འཆོ་བ་ཞིག་  
དང་། གཞན་ཡང་དེ་འདྲའི་རིགས་པལ་ཆེར་གྱིས་སྟན་  
ངག་གི་བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་ཀྱང་སྟན་ངག་བྱེད་པ་  
མཐོང་བས་དེ་སྟན་པའི་བསྟན་བཅོས་གྱིས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན།  
སྤྱིར་ཡོན་ཏན་དང་སྒྲིན་འབྲེད་པ་ནི་རང་རང་གི་  
བསྟན་བཅོས་ཁོ་ན་ལ་རགས་ལས་པས། འདིར་ཡང་  
མཆོག་གི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལ་མ་བསྐྱབ་པར་མཁས་  
པ་སྟན་ངག་སྤྱི་བའི་གྲངས་སུ་མི་འགོ་ཞིང་། ཡོན་ཏན་  
དང་སྒྲིན་རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་སྟོ་གྲོས་མེད་པར་སྟན་



ཕའི་ཕྱིར། འདི་ན་ཀུན་ཏུ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས། །རྗེས་སུ་  
 བསྟན་དང་སྟག་མའི་ཡང་། །ཆོག་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་དྲིན་  
 ཀྱིས་ནི། །འཇིག་རྟེན་ལྷགས་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །སྐབས་  
 འདིར་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་སོ་སོར་བཤད་པ་མི་འདྲ་བ་རེ་  
 རེ་དང་། དེ་དང་བསྟན་པའི་གཞུང་ཆོག་འདོན་ལྷགས་  
 ཀྱང་མི་འདྲ་བ་རེ་འདུག་པ་ལས། རང་ལྷོ་ལྷོ་ལྷགས་སྟར་  
 ན་གཞུང་ཆོག་བཀོད་མ་ཐག་པ་སྟར་ལ། དེའི་གོ་དོན་ནི།  
 ཀུན་ཏུ་མཆོག་ཕྱ་ཁི་ནི་ལ་སོགས་པས་མཛད་པའི་བརྟ་  
 སྟོན་ཀྱི་གཞུང་ཆེན་པོ་རྣམས་ནས་ཇི་སྟར་བཤད་པ་  
 བཞིན་རང་བཞིན་དང་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བས་སྤ་  
 སྟོ་ཏ་རུ་བརྩམས་པའི་ཆོག་གས། ཡང་ན་སྟག་མ་སྟེ་རང་  
 བཞིན་གྱི་སྐད་དུ་བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་  
 དྲིན་ལས་ཆོས་དོན་འདོད་ཐར་སྟེ་སྟེ་བཞི་པའི་སྟོན་  
 དང་ཡོན་ཏན་རྣམ་པར་བྱེ་ནས་ཇི་སྟར་བཞིན་དུ་  
 རྟོགས་པ་ན། དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ལུས་ངག་གི་

ལས་སྒང་བ་དང་དོར་བར་བྱ་བ་འཇིག་རྟེན་ཡ་རབས་  
 གྱི་སྦྱོང་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ལྟར། འདིར་ཡང་ཆོག་  
 རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་གྱི་དྲིན་ལས་སྟོན་ངག་གི་ཡོན་ཏན་དང་  
 སྦྱོན་བྱེ་བྲག་ཏུ་རྟོགས་པའི་དོན་དུ་བསྟན་བཅས་འདི་  
 ལྟ་བུ་དགོས་ཀྱི། བསྟན་བཅས་མི་ཤེས་པར་བྱ་ཆོམ་དུ་སྦྱ་  
 བ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་དབྱེ་བར་མི་རུས་  
 སོ། །ཞེས་པའོ། །འདི་ལྟར་འབྲེལ་བའི་སྐབས་སུ་གཞུང་  
 གི་རྒྱ་སྐད་ཨ་རུ་ཤིཏྲ་ཞེས་པ་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་སྟེ་ཕྱ་ཁི་  
 རི་ལ་སོགས་པས་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་ཞེས་སྟེལ་ནས་  
 འཆད་དགོས། ཡང་སྟོབ་དཔོན་ངག་དབང་གྲགས་པས་  
 བཤད་པ་ལྟར་ན་གཞུང་ཆོག་རྐང་པ་སྤྲ་མ་གཉིས། འདི་  
 ར་ཀུན་ཏུ་མཆོག་རྣམས་དང་། རྗེས་མཆོག་ལྷག་མ་  
 རྣམས་ཀྱི་ཡང་། ཞེས་འདོན་དགོས་ཏེ། འདི་ལྟར་འབྲེལ་  
 བའི་ཆོ་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ཨི་ཏ་ཤིཏྲ་ཀུན་ཏུ་མཆོག་  
 ཨ་རུ་ཤིཏྲ་རྗེས་མཆོག་ ཤིཏྲ་རྗེས་མ་ལྷག་མ་ལ་འཇུག་པ་

སྟེ། ཡར་ཞེས་པ་སྤྱད་པའི་ཚོག་གམ་ཚོག་སྟག་མ་འདྲེན་  
པའི་དགོས་པ་ཅན་ཏེ་རྒྱ་སྐད་གི་ཕྱ་མོ་ཞེས་འབྱུང་བ་  
དང་འབྲེག་པ་ཡིན།

གོ་དོན། ཀུན་ཏུ་མཚོག་ནི་ཕྱ་ཆེ་ནི་ལ་སོགས་པ། རྗེས་  
མཚོག་ནི་དེའི་རྗེས་སུ་སློབ་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཏེ།  
འབྲེལ་ཚུལ་གཞན་དང་འདྲའོ། །དེ་ཉིད་སྟོག་པའི་སྟོ་  
ནས་སྟོན་པར་བྱེད་པ། གལ་ཏེ་སྐྱས་བོད་སྤྱང་བ་  
ཡིས། །འཁོར་བ་གསལ་བར་མ་བྱས་ན། །འཇིག་རྟེན་  
གསུམ་པོ་མཐའ་དག་འདི། །སྟོག་རུམ་ཐུན་པ་ཉིད་ཏུ་  
འབྱུང་། །གལ་ཏེ་ཞེས་པ་བརྟག་པ་མཐའ་བབྱང་བ་སྟེ།  
སྟོ་བཞིའི་སྤྱང་དོར་གྱི་བརྗོད་བྱའི་སྤྱང་བ་འཁོར་བ་  
སེམས་ཅན་གྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་ན་གསལ་བར་སྟོན་བྱེད་  
སྒྲུར་བོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ཕྱ་ཆེ་ནི་ལ་སོགས་པ་  
མཚོག་རྣམས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་མེད་ན། དེའི་ཆོ་

འཇིག་རྟེན་མཐོ་རིས་དང་མི་ཡུལ་དང་ས་འོག་གསུམ་  
 བོ་འདི་ཕྱོགས་གཅིག་ཅེས་མ་ཡིན་པར་མཐའ་དག་སྡེ་  
 བཞིའི་དོན་གྱི་སྤང་དོར་ལ་སྤྲོད་པ་མི་ཤེས་པའི་ཐུན་  
 བ་བར་མེད་པས་ཁེབ་པའི་སྒྲག་རུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ། ཇི་  
 ལྟར་ཁ་ཁྲའི་སྒོ་བཞིན་སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱའི་ཡོན་ཏན་  
 དང་སྒྲོན་རྣམ་པར་འབྱེད་མི་ཤེས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ། འདིའི་  
 རྒྱ་དཔེར། ཨ་རྒྱ་ཡ་ཞེས་འབྱུང་བས་སྒྲས་བོད་དམ་སྒྲར་  
 བོད་ཅེས་བསྒྱུར་བ་འཐད་ཀྱི་སྒྲ་དོན་ཅེས་པ་མི་འཐད་  
 དོ།

གྲགས་པ་དུས་རིང་པོར་གནས་པ།

གཉིས་པ་(བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོས་པ་བྱེ་བྲག་དུ་སྟོན་  
 པ་)ནི། དེ་ཡན་ཆད་ཀྱི་ལེགས་སྒྱུར་དང་རང་བཞིན་གྱི་  
 སྐད་དུ་བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དགོས་པ་སྒྱུར་

བསྟན་ནས། སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་དགོས་པ་བྱེ་  
བྲག་ཏུ་སྟན་པ་ནི།

སྟན་གྱི་རྒྱལ་པོ་གྲགས་པའི་གཟུགས། །

ངག་གི་རང་བཞིན་མེ་ལྔ་ཐོབ། །

དེ་དག་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་། །

རང་ཉིད་ཉམས་པ་མེད་ལ་སྟོས། །

སྟན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་ང་ལས་རྒྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
གྲགས་པའི་འབྱུང་གནས་ཆོས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོའི་  
སྟོང་པ་གཟུགས་བརྟན་དེ་རྣམས་ངག་གི་རང་བཞིན་ཏེ།  
དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་བའི་གཏམ་མཁས་པས་སྦྱར་བའི་སྟན་  
ངག་གི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་མེ་ལྔ་ལ་ཤར་བ་ཐོབ་པ་ན།  
དང་པོའི་རྒྱལ་པོ་དེ་རྣམས་ད་ལྟ་ཉེ་བར་མི་གནས་ཀྱང་།  
དེ་རྣམས་ཀྱི་གྲགས་པའི་གཟུགས་རང་ཉིད་ད་ལྟ་འདྲ་

ཉམས་པ་མེད་པ་ལ་སྟོས་ཞེས་ངོ་མཆར་བར་བསྟན་  
པའོ། །ཀྱང་ནི་ཕུལ་བྱང་གི་དོན་ཏེ། མེ་ལོང་དངོས་ལ་  
གཟུགས་བརྟན་འཛིག་པ་པོ་ཉེ་བར་གནས་ན་གཟུགས་  
བརྟན་འཆར་གྱི་མི་གནས་ན་མི་འཆར་ཡང་། འདི་དེ་  
སྟ་བུ་མ་ཡིན་པས་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་མེ་ལོང་དང་མི་  
འདྲ་བ་སྟོན་མེད་པའི་མེ་ལོང་ངོ་ཞེས་དགོངས་  
པའོ། །འདིར་གཞུང་ཆོག་རྒྱུ་ཡང་པ་དང་པོ། སྟོན་གྱི་རྒྱལ་  
པོའི་གྲགས་པའི་གཟུགས། །ཞེས་རྒྱལ་པོ་འབྲེལ་བའི་  
གྲགས་པ་བཟོད་རྒྱ་ཡིན་པས་དུག་སྒྲ་ཡོད་དགོས་ཀྱང་།  
རྒྱ་སྐད་ལ་རྩ་ཇ་དང་ཡ་ཤ་སྤ་དང་བིསྤ་གསུམ་ཆོག་  
བསྟུས་པ་བོད་སྐད་ཀྱི་དུག་སྒྲ་ཡང་བསྟུས་པའོ།

ཡོན་ཏན་དང་སྟོན་འབྲེད་པ།

གསུམ་པ་ནི། གལ་ཏེ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་སྟོན་ཡོན་ནམ་  
པར་དབྱེ་བ་ཡོད་ན་ཡོན་ཏན་དང་མེད་ན་སྟོན་ཅི་ཡོད།

འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་ལ་འཇུག་པ་ལ་ནི་གང་རུང་རུང་  
དང་ཅི་ཐོད་ཐོད་བྱས་པས་ཚོག་མོད་ཅི་ན་མ་ཡིན་ཏེ།

མཁས་པས་ཡང་དག་རབ་སྦྱར་བའི། །

ངག་ནི་འདོད་འཇོའི་བ་རུ་བཤད། །

དེ་ཉིད་ཉེས་པར་སྦྱར་ན་སྦྱར། །

སྦྱར་པོ་བ་ལང་ཉིད་བཟོད་བྱེད། །

འདིར་རྒྱ་སྐད་ལ་ཡོད་པའི་གོ་བྱི་མ་དང་། བོད་སྐད་བ་  
ཞེས་པ་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་རུང་བའི་སྒྲ་སྦྱར་  
ནས། བྱད་པར་ནི་བསྟན་བཅོས་ཤེས་པའི་མཁས་པས་  
སྦྱར་བའི་ངག་ངྲི་མ་མེད་པ་ནི་འདོད་པ་འཇོ་བའི་བ་མ་  
སྟེ་ལེགས་བཤད་གྱི་གཏེར་འཇོད་པ་མེད་པར་འབྱུང་བ་  
དང་། དེའི་ངྲིན་ལས་མཁས་པ་གཞན་དུ་མ་འབྱུང་ཞིང་  
དེ་དག་གིས་ཀྱང་ལེགས་བཤད་ཉིན་མོའི་སྤང་བ་ལྟ་



ལུ་འི་ཅི་ཡང་སྒྲོ་བས་སྒྲེ་བཞི་འི་གནས་ལ་སྒྲང་དོར་གྱི་  
 མིག་སྒྱུན་པས་འཇིག་རྟེན་འདི་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
 བཤད་དོ་ཞེས་པ་དང་། ཡང་གོ་འི་སྒྲ་དེ་ཉིད་ཉེས་པ་སྟེ་  
 བསྟན་བཅས་མི་ཤེས་པའི་སྒྱུན་པོས་བབ་ཅེས་དུ་སྒྲས་  
 པའི་བསྟན་བཅས་སྟར་སྒྲང་བ་བྱེད་པའི་སྟོགས་ལ་སྒྱུར་  
 བ། དེ་ལྟ་བུས་འཇིག་རྟེན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལྟ་ཞོག  
 སྒྱུར་བ་པོ་རང་ཉིད་སྒྱུན་པོ་བ་ལང་ལྟ་བུར་ཀུན་གྱིས་གོ་  
 ཞིང་བཟོད་པས་འཕྱས་གདགས་པ་དང་སྦྲེད་པར་  
 འགྱུར་རོ། །དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་མཁས་སྒྱུན་གྱི་བྱེད་པར་  
 ཡང་བསྟན་བཅས་ཡང་དག་པར་རིག་པའི་རྣམ་འབྱེད་  
 གྱི་སྒྲོ་ཡོད་མེད་ལ་རགས་ལས་ཤིང་། དེ་ཡང་བསྟན་  
 བཅས་ཉིད་ལ་སྟོས་པས་ན་གལ་ཆེ་བར་སྟོན་པའོ། །དེ་  
 འང་སྒྱུར་གོ་འི་སྒྲ་ནི། དག་སྟོགས་ས་དང་འོད་ཟེར་  
 དང་། སྟོགས་དང་མིག་དང་རྩི་རྩི་དང་། །མཐོ་རིས་ཟུ་  
 དང་དོན་དགུ་ལ། །མཁས་པས་གོ་སྒྲ་དེས་རྟོག་བྱ། །ཞེས་

བ་ལྟར་དོན་དུ་མ་ལ་འཇུག་མོད་འདིར་ནི་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་། བ་ཉིད་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། རྒྱ་དཔེར་  
 གོ་མོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་གོ་ཕྱ་མ་ངག་ཚིག་དང་མིག་དང་  
 མཐོ་རིས་སོགས་སྒྲ་ཚིགས་སུ་བསྒྱུར་བས་བོད་འབྲེལ་ཕྱ་  
 མ་རྣམས་སུ་ཚིག་རྒྱུ་གཉིས་པ་འདི་ལ་འགྱུར་བྱུང་དུ་  
 མ་ཞིག་བྱུང་ཡང་ངག་དུ་བསྒྱུར་ན་ལེགས། སྤྱི་ཏྱི་ཞེས་པ་  
 ལོ་ལྟ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དྲན་པ་དང་བཤད་པ་ཅི་བདེར་  
 བསྒྱུར། མངོན་བརྗོད་རྣམས་སུ་འང་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་  
 འཇུག་པར་བཤད་པས་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་  
 ལེགས་སོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་བཅོས་ཁོ་ན་ལས་ཡོན་ཏན་  
 དང་སྟོན་རྣམ་པར་འབྱེད་ཅིང་། ཡོན་ཏན་ནི་ལེགས་  
 པའི་འབྱུང་ཁུངས་དང་། སྟོན་ནི་ཉེས་པ་མ་ལུས་པའི་  
 སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། དེ་ཕྱིར་སྟན་ངག་དག་ལ་  
 སྟོན། །ཁུང་བར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལྟར། །བཏང་སྟོམས་  
 མི་བྱ་ལུས་མཛེས་ཀྱང་། །སྟོན་གཅིག་གིས་ནི་སྐལ་ངན་

འགྱུར། །སྟན་ངག་ལ་སོགས་པའི་ངག་ལ་སྟོན་རང་རང་  
 གི་བསྟན་བཅས་དང་འགལ་བ་ཅི་ལྟར་ཡང་སྟེ། སྒྲུལ་  
 འོན་ལ་བྱུང་ན་འདི་ཙམ་གྱིས་སྟོན་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པར་  
 མི་རྒྱས་སོ་སྟམ་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་པར་མི་རིགས་  
 ཏེ། བསྟན་བཅས་ཀྱི་ངག་གཞན་ནམ་པར་དག་ཀྱང་  
 སྟོན་ཕྱ་མོ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་གྱིས་སྟོན་ཅན་དུ་བབྱང་བར་  
 བྱ་བར་འགྱུར་བས་དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་པ་དགག་པའི་བྱིར།  
 བསྟན་བཅས་ཀྱི་མིག་གིས་བལྟས་ནས་སྟོན་ཕྱ་མོ་ཚུན་  
 ཆད་འཕལ་ཉིད་དུ་དག་པར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ཉིད་ཟླ་  
 བོ་དངོས་པོའི་དཔེས་སྐྱབ་པ་སྐྱེས་བུའི་ལུས་ཁ་དོག་  
 དང་དབྱེབས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པས་མཛེས་ཀྱང་། སྟོན་  
 མཛེའི་ཆ་ཅུང་ཟད་གཅིག་གིས་སྐལ་བ་ངན་པར་འགྱུར་  
 བ་ལྟ་བུའོ། །སྐབས་འདིར་སྟོན་གཅིག་ཅེས་པའི་ངོས་  
 འཛིན་ཡན་ལག་ཞ་བ་དང་། མིག་ཉམས་པ་སོགས་ལ་  
 བོད་འགྲེལ་མཁན་སྣ་མ་དག་གིས་བཤད། དེ་ལ་འགྲེལ་

བ་ཕྱི་མ་རྣམས་ནས་དགག་བཞག་སོགས་འབྱུང་། འདི་  
ནི་དཔེ་ཅུ་ཡིན་པས་སྦྱར་ལྷས་མཛེས་པ་ལ་མི་མཛེས་  
པའི་སྦྱོན་པ་མོ་གཅིག་གིས་སྦྱོན་ཅན་དུ་བྱས་པ་ཞིག་  
བྱུང་ཕྱིན་ཇི་ལྟར་ནའང་མི་འགལ་མོད། འདིར་ནི་  
དཔང་རྒྱུ་དུ་བཀོད་པ་ཉིད་རྣམས་སྦྱོར་གྱི་འབྲེལ་གྱི་  
ཆོག་དུ་འདུག་པ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གལ་ཏེ་བསྟན་བཅས་མེད་ཀྱང་སྟན་ངག་ལ་སོགས་པའི་  
སྦྱོན་ཡོན་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་གྱི་སྒྲོས་དབྱེ་བར་རྣམས་སོ་  
ཞེ་ན།

སྦྱོ་བོ་བསྟན་བཅས་མི་ཤེས་པས། །

ཡོན་ཏན་སྦྱོན་དག་ཇི་ལྟར་དབྱེ། །

གཟུགས་གྱི་དབྱེ་བ་དམིགས་པའི་སྐབས། །

མོང་བ་དག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། །

སྒྱེ་བོ་སྟན་ངག་ལ་སོགས་པ་གང་དང་གང་གི་མཚན་  
 ཉིད་སྟན་པའི་བསྟན་བཅས་མི་ཤེས་པས། དེ་དང་དེའི་  
 ཡོན་ཏན་སྤང་བྱ་སྒྱེ་དང་དོན་གྱི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་དང་།  
 སྒྱེ་འོག་དུ་འཆད་པའི་གྲོང་ཆོག་དང་། ཉུགས་དང་  
 ཆོག་འབྲུགས་པ་དང་། དཔེ་དོན་དམན་སྟག་འབྲུངས་  
 ཆེས་པ་དང་། སྒྱེ་བཅུ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཅི་ལྟར་  
 དབྱེ་བར་བྱས་ཏེ་མི་བྱས་སོ། །དེ་ཉིད་སྒྲ་བོ་དངོས་པོའི་  
 དཔེས་སྟན་པ་ནི་གཟུགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འདི་ནི་མཛེས་ལ་  
 འདི་ནི་མི་མཛེས་སོ་ཞེས་པ་འཇམ། འདི་ནི་སྒྲ་  
 པོའོ། །འདི་ནི་སེར་པོའོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པར་དམིགས་  
 ཤིང་མཐོང་བས་དབྱེ་བའི་སྐབས་ལོང་བ་དག་ལ་ཡོད་  
 དམ་ཅི་སྟེ་མེད་པ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལྟར་གཞུང་འདི་ཙམ་  
 གྱིས་ནི་སྒྱུར་བསྟན་བཅས་ཁོ་ནས་ཡོན་ཏན་དང་སྒྱེ་  
 འབྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ལ་སྟན་ངག་ལ་ཡང་  
 ཚུལ་དེ་ཉིད་དོ། །ཞེས་བསྟན་ཏོ། །

དགོས་སྒོམ་ཆོས་བཞི།

བཞི་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་མཁས་པས་སྐྱེ་དགུ་རྣམས། །

བྱེ་བྲག་རྟོག་ལ་མངོན་དགོངས་ནས། །

རྣམ་བཟླ་ལམ་ལྷན་ཆོག་རྣམས་ཀྱི། །

བྱ་བའི་ཆོག་ངེས་པར་སྦྱར། །

བསྟན་བཅོས་ཁོ་ན་ལས་སྦྱོན་ཡོན་རྣམ་པར་འབྱེད་ཀྱི་  
གཞན་ལས་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། མཁས་པ་སྦྱོན་གྱི་སྦྱོབ་  
དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེ་དགུ་རྟེ་སྦྱོས་སོ་ཙག་རྣམས་ཀྱིས་  
བྱེ་བྲག་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སྟན་ངག་ལ་ཡང་ཡོན་  
ཏན་དང་སྦྱོན་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་  
བའི་ཆེད་དུ་སྦྱ་དོན་གྱི་བྱ་བྱིས་རྣམ་པར་བཟླ་བའི་  
སྟན་ངག་ཇི་ལྟར་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་གྱི་བྱ་བའི་ཆོག་ངེས་

པར་སྒྱུར་ཏེ་གཏན་ལ་འབེབས་པར་མཛད་དོ་ཞེས་བྱེ་  
བྲག་སྒྱུར་ངག་གི་སྒྱུར་དང་ཡོན་ཏན་རྣམ་པར་འབྱེད་  
པ་ནི་རྒྱུན་གྱི་བསྒྱུར་བཅས་འདི་ལྟ་བུ་ལ་རགས་ལས་  
སོ། །ཞེས་པའི་དོན་རྟོ། །

དེ་ལྟར་གཞུང་གི་དངོས་བསྒྱུར་གྱི་དགོས་པ་རྣམས་  
བཤད་ཟིན་ནས། རྒྱགས་བསྒྱུར་དགོས་སྟངས་བཞི་  
བཅོད། འདི་ལ་འཆད་ཚུལ་རྣམ་པ་མང་ཡང་རྒྱ་གར་  
བའི་མཁས་པ་བསྒྱུར་བཅས་བྱེད་པ་རྣམས་ལ་ཡོངས་སུ་  
བྲགས་པ་ལྟར་ན། བཅོད་བྱ། དགོས་པ། དགོས་པའི་  
དགོས་པ། འབྲེལ་པ་དང་བཞིའོ། །དེ་ལ་དང་པོ་བཅོད་  
བྱ་ནི། ལྔ་ཡང་ཡང་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་སྒྱུར་ངག་ཆེན་  
པོ་རྣམས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེ་རྫོང་བྱེད་གཞུང་འདི་ཉིད་  
ལས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ནི་དགོས་པ། གཞན་ཡང་  
རྟོགས་བཅོད་རིན་པོ་ཆེ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས།



མཁས་པ་ཉིད་ནི་མེད་ན་སྒོ་གྲོས་རྣམས་ཉམས་མི་  
 རྣམས་འཆོ་བ་དོན་ཡོད་མེན། །མཚུངས་མེད་རྒྱས་པའི་  
 སྟན་ངག་མེད་ན་མཁས་པ་དག་ནི་ནི་ཙོའི་སྒྲོག་དང་  
 མཚུངས། །ཞེས་དགག་ཕྱོགས་ནས་སྒྲོས་པ་དང་། །ལེགས་  
 བཤད་ཡང་དག་བརྗོད་པའི་རིག་པ་ནི། །སྤྱི་ཞེས་གི་ནི་  
 བསྟེན་བཀུར་གནས་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། །གཞུང་འདི་  
 ཉིད་ལས། སྟན་ངག་ཆུང་དུ་ལ་ཡང་ངལ་བྱས་  
 མི། །མཁས་པའི་མདུན་ས་དག་དུ་འདུག་ལ་  
 དབང་། །ཞེས་དང་། །གལ་སྟེ་སྒྲོན་གྱི་བག་ཆགས་ཡོན་  
 ཏན་གྱིས། །རྗེས་འབྲེལ་སྒྲོབས་པ་མེད་བྱུང་མེད་པ་  
 ལའང་། །ཐོས་དང་འབད་པ་དག་གིས་ངག་བསྟེན་  
 བ། །ཅི་ཞེས་སྟར་ཡང་ངེས་པར་རྗེས་འཛིན་བྱེད། །དེ་  
 ཕྱིར་གྲགས་འདོད་རྣམས་ཀྱིས་ཏྲག་དུ་ནི། །སྟོམས་ལས་  
 མེད་པར་རིམ་པས་དབྱངས་ཅན་བསྟེན། །ཞེས་དང་།  
 རྒྱབ་བྱེད་བསྟེན་པའི་ལམ་འདིས་སྒྲོན་དང་ཡོན་ཏན་

དག་པོ་ལྟ་སྟོན་པའི་སྒྲིལ་ཅན་སྐལ་བཟང་དབང་  
 གྱུར་པའི། ཆོག་དང་མངོན་པར་འགྲོགས་བྱས་ཆང་  
 མིག་མ་དག་དང་། ལང་ཚོ་ཅན་བཞིན་དགའ་དང་  
 གྲགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པས་  
 བསྟན་པའི་དོན་བཞིན་མཁས་པའི་གྲགས་པ་འབྱུང་བ་  
 དང་། རྟེན་པ་དང་བཀྱར་སྟེ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེར་ཐོབ་  
 པ་ནི་གནས་སྐབས་ཀྱི་དགོས་པའི་དགོས་པ་དང་། རྒྱེས་  
 རབས་ལས། ཡིད་ལ་དད་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱང་དད་  
 པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྟན་པ་གི་སྦྱར་བ་  
 བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྒྲིལ་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱུག་ན་ཉན་པ་པོ་གཞན་རྣམས་ཀྱང་  
 དད་པ་ལ་སྦྱར་བར་གསུངས་ཏེ། དཔེར་ན་སྒྲིལ་དཔོན་  
 དཔའ་བོས་མཛད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟོན་པ་རྣམས་  
 ཀྱང་སྟན་པ་ལྟར་སྦྱར་སྟེ་ཆོགས་པའི་སྦྱོབས་ཀྱིས་ཡུལ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་བྱུང་སྟེ། ཐ་ན་སྦྱ་གར་མཁན་དང་བཞད་

གད་མཁན་རྣམས་ཀྱང་འདོན་པར་བྱེད་པས་ཡུལ་གྱི་སྐྱེ་  
 བོ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ལ་དད་པ་བྱུགས་ཀྱིས་སྐྱེས་  
 ཏེ། བསྟོན་པ་ཁོ་ནས་ཀྱང་བསྟན་པ་དར་བ་ལ་ཆེས་པན་  
 པར་བཤད་པ་ལྟ་བུ་དང་། སངས་རྒྱས་དང་དམ་པའི་  
 ཆོས་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་དམ་པ་ལ་སྐྱུར་པ་བཏབ་པའི་  
 རྒྱུ་རྗེ་ཙམ་དུ་སྦྱོར་བར་བཤད་ན། ཡུལ་དམ་པའི་ཡོན་  
 ཏན་སྟན་ངག་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པས་བསྐྱུག་ན་དེའི་ཚྭ་  
 རྒྱུགས་ཀྱི་བསོད་ནམས་ཅིའི་ཕྱིར་མི་ཐོབ་སྟེ་མདོ་ལས།  
 དམ་པའི་ཆོས་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྟན་ངག་  
 བྱའོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བསྟོན་པ་བྱའོ། །དེ་ལས་  
 སྐྱ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་  
 གསུངས། གཞན་ཡང་མཁས་པ་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས།  
 ཐེབ་ལེགས་ཐེང་བའི་བསྟོན་པས་མཆོད་ན་ལྷག་པའི་ལྷ་  
 ཡི་ཞལ་ཡང་སྟོན། ཞེས་གསུངས་པ་དང་མཐུན་པར་  
 བྱང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་ཆེའི་སྟོབ་དཔོན་ཉི་མ་ཐུས་པས་རྗེ་

བཅུན་སྒྲོལ་མ་ལ་བསྟོད་པར། ཤིང་སྐམ་ཁྲི་ལ་ཆེ་ཟད་  
 བརྒྱ་བཞག་སྟེ། །ལོག་ལྟའི་རྒྱལ་པོས་དྲང་སྟངས་མེ་སྟ་  
 མཆོད། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པས་མེ་ཏྲག་ཕྱེད་འཛིན་  
 མཛད། །དངོས་སུ་ཞལ་བསྟན་བདུད་ཚེའི་ཆར་རྒྱན་  
 སུ། །ཅེས་དང་། ཅུ་གོ་མེ་དགོ་བསྟན་འཕགས་པ་  
 མཆོག་། རྒྱལ་པོའི་ཆད་པས་གཞུང་ཁྲི་ལ་བསྟུར། །གུས་  
 ལྷན་ཞེས་བཅས་པའི་སྟེན་སྟུར་གྱིས། །འཇུག་ཞལ་དགོ་  
 མས་སིགྲའི་སྟེང་ལ་བཞག །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 རོ། །བྱད་པར་དུ་ཡང་ཡུལ་དམ་པ་ལ་དྲངས་བ་དང་  
 འདོད་པའི་དད་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་བསྟོད་པའི་  
 སྟན་ངག་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྟེད་པའི་ཟིན་པ་ནི་  
 བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་ས་བོན་བྱང་པོར་འགྱུར་བས་ན།  
 མདོ་སྟེ་བསྐྱལ་པ་བཟང་པོར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དུས་  
 མཁྱེན་རྒྱལ་པོ་ནི། །སྟན་ངག་མཁན་ཆེ་བདེ་གཤེགས་ཅ་  
 མཆོག་ལ། །ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དབྱངས་གྱིས་བསྟོད་

ནས་ཀྱང་། །དང་པོར་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཏོ། །ཞེས་བཀའ་སྩལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། འོ་སྒྲིལ་གྱི་སྟོན་པས་  
 ཀྱང་སངས་རྒྱས་སྐར་རྒྱལ་ལ་སྟན་ངག་གི་ཚེགས་སུ་  
 བཅད་པ་གཅིག་གིས་བསྟོད་པས་བསྐྱེད་པ་བཞི་བྱིའི་  
 ཚེགས་བརྒྱམས་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ནི་མཐར་ཐུག་གི་  
 དགོས་པའམ་ཉིང་དགོས་ཏེ། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བའི་  
 དབང་ཏུ་བྱས་པའོ། །དེ་དག་ཀྱང་ཉིང་དགོས་དགོས་  
 དགོས་པ་དང་འབྲེལ། དགོས་པ་བརྗོད་བྱ་དང་འབྲེལ།  
 བརྗོད་བྱ་བསྟན་བཅས་དང་འབྲེལ་བ་ནི་འབྲེལ་བའི་  
 དགོས་པའོ། །ཡང་ན་བརྗོད་བྱ་སྐར་ལ་དེ་ཉིད་  
 བསྟན་བཅས་འདི་ལས་བདེ་སྐྱབས་ཏུ་རྟོགས་པ་དགོས་པ།  
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤེལ་བཞིའི་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཕྱིན་ཅི་  
 མ་ལོག་པར་ཤེས་པ་ཉིང་དགོས། དགོས་སོགས་གསུམ་

དང་བསྟན་བཅས་འདི་ཐབས་ཐབས་བྱང་དུ་གནས་པ་  
ནི་འབྲེལ་བའོ། །

བཟོད་བྱ་སྟན་ངག་གི་ལྷས་རྒྱན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་བཟོད་བྱ་སྟན་ངག་གི་དོན་ལ་གསུམ། ལྷས་  
རྒྱན་མདོར་བསྟན་པ། རྒྱས་པར་བཤད་པ། དོན་བསྐྱེ་  
བའོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྟན་ངག་གི་ །

ལྷས་དང་རྒྱན་ཡང་རབ་དུ་བསྟན། །

སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྟན་ངག་གི་ལྷས་  
ཚོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་། དེ་མཛེས་པར་བྱེད་པ་འི་རྒྱན་  
ཏེ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱེས་ཤིང་བསྟན་པས་གསལ་བར་  
བྱས་སོ། །དེས་ན་མཁས་པ་བྱུར་མཁར་བ་སོགས་ལྷས་  
རྒྱན་སྟོག་གསུམ་དུ་དབྱེ་དགོས་པར་འདོད་པ་དག་ནི་

མི་འཐད་པ་གཞུང་ཆོག་འདིས་ཀྱང་གསལ་ལོ། །གཉིས་  
པ་ལ་གསུམ། ལུས་རྒྱས་པར་བཤད། རྒྱན་རྒྱས་པར་  
བཤད། རྒྱན་སེལ་བ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། ལུས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་མཆན་གཞིའོ། །དང་པོ་  
ནི།

ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། །

དོན་གྱི་རྣམ་བཅད་ཆོག་གི་ཕྱིང་། །

བསྟན་པར་བྱ་བ་ལུས་རྒྱན་གཉིས་པོ་དེ་ལས་དང་པོ་རེ་  
ཞིག་ལུས་ནི། །སྤྱོད་པ་པོས་བཟོད་པར་འདོད་པའི་དོན་  
གཏམ་རྒྱུད་སོགས་གང་ཡིན་པའི་བཟོད་བྱའི་དོན་དེ་  
ངས་པར་བྱས་ནས། ཆོག་ལེགས་པར་སྤེབ་པ་ཉིད་ནི་  
འདོད་པའི་དོན་གྱིས་རྣམ་པར་བཅད་པའི་ལུས་དང་།  
སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་རྒྱུན་དང་རིགས་ལ་སོགས་པ་  
དོན་གྱི་རྒྱན་རྣམས་ཀྱིས་མངོས་པའམ། བརྒྱན་པར་བྱ་



བའི་ཡུལ་ཆོག་སྤྲུལ་ཏིང་འཐུང་ཅན་ནམ། བོད་སྐད་  
 སོགས་ལའང་དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཕྱིང་བ་སྟེ་  
 ངག་ཆེན་པོའམ་གྲོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་ཕྱན་  
 ཆོགས་གཞན་རྣམས་སོ། །སྐབས་འདིར་གཞུང་ཆོག་གི་  
 འགྲུལ་དང་གཞུང་དོན་འགྲེལ་ཚུལ་ལ་འགྲེལ་བ་སྤྲོ་མ་  
 རྣམས་མི་མཐུན་པ་མང་མོད། འདི་ལྟར་འཐད་པ་ཡང་  
 རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་འདི་ལྟར་འབྱུང་བ་  
 སྟེ། ལྷས་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེན་གསུང་པ། ལྷས་ནི་རེ་ཞིག་ཅེས་  
 སོགས་ཏེ་རེ་ཞིག་གི་སྐྱ་ནི་རིམ་པའི་དོན་ཏེ། རྒྱན་གྱི་  
 གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་པོར་ལྷས་བཤད་པར་  
 བྱའོ། །རི་ལྟར་སྐྱེས་བའི་ལྷས་ལ་དོ་ཤལ་དང་དཔུང་རྒྱན་  
 ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་འདོགས་པས་མཛེས་པར་བྱེད་པ་དེ་  
 ལྟར་སྟན་པའི་ལྷས་ལའང་སྐྱར་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 སྐྱའི་རྒྱན་དང་། རིགས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་ཡང་  
 འདོགས་པ་གང་གིས་མཛེས་པར་བྱེད་དོ། །འདི་ཉིད་ཀྱི་

ཕྱིར། ལྷན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་རྒྱན་  
 ཞེས་རབ་དུ་བརྗོད། །ཅིས་འཆད་པར་འགྱུར་བ་དེས་ན་  
 རྒྱན་ཕྱི་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །ཆོག་རྣམས་ཀྱི་ཞེས་  
 པ་སྤྲུལ་མཐའ་ཏིང་མཐའ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱིང་བ་སྟེ། ཆོག་ས་  
 རི་ངག་ཆེན་པོ་དང་ངག་ཕྱན་ཆོག་ས་གཞན་ཡང་  
 རོ། །ངག་ཆེན་པོ་ནི་ལྷན་ངག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་དང་།  
 གྲོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་རྣམས་ནི་ངག་ཕྱན་  
 ཆོག་ས་གཞན་རྣམས་སོ། །ལྷན་ངག་མཁན་གྱིས་བརྗོད་  
 པར་འདོད་པ་སྟེ། བསམ་པའི་དོན་ནི་འགའ་ཞིག་དུ་ར་  
 གྱུ་བྱུ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་བཅད་པ་སྟེ་ལྷུང་གི་ངེས་  
 པ་དང་ལྷན་པས་སོ། །འདོད་པའི་དོན་སྤྱོད་པའི་བསམ་  
 པས་རང་དབང་དུ་བྱས་པའམ་བྱུང་པར་དུ་བྱས་  
 པའོ། །དེས་ན་འདོད་པའི་དོན་རྣམ་པར་བཅད་པའི་  
 ཆོག་གི་སྤྱིང་བ་ནི་ལྷན་ངག་གི་ལྷས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་  
 རབ་དུ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། མ་འབད་པར་རབ་དུ་

གྲགས་པའི་ལྷས་སུ་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་གང་  
ཞིག་ན་རྒྱན་ཅན་འདི་ནི་སྟ་བྱིན་ལོ་ཞེས་པ་སྟ་  
བུའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དེས་ན་དོན་དང་ལྡན་པའམ་དོན་  
ཅན་ཞེས་ཆེད་དུ་བཤད་མི་དགོས་ཤིང་། རྣམ་བཅད་  
ཅེས་པའང་ཆོག་ལེགས་པར་སྟེན་པའམ། དོན་ངེས་པར་  
བྱས་པའི་དོན་ཡིན་པས་སྟེ་ཆོན་དུ་བཅད་པར་བཀྲལ་  
བ་མི་འཐད་དོ། །དེ་ལྟར་ལྷས་སྟོན་ལ་བཤད་པའི་གོ་  
རེས་ནི་རྒྱན་གྱི་རྟོན་ཡིན་པས་སོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ལྷས་གཞུང་གི་དབྱེ་བས་གསུམ་དུ་  
བཤད། ལྷས་སྐད་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བཞིར་བཞག། སྐར་  
ཡང་ལྷས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཞན་སྟོན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས་  
དབྱེ་བ་དང་སོ་སོར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་སྟུག་པ་དང་། །

སྤེལ་མ་རྣམ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་སྟན་ངག་གི་  
ལུས་དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་འབའ་ཞིག་པ་དང་། ལྷག་པ་  
རྒྱུ་པ་དང་། དེ་གཉིས་སྤེལ་ཞིང་བསྐྱེད་པ་སྟེ་རྣམ་པ་  
གསུམ་ཉིད་དུ་གནས་སོ།

སྐབས་འདིར་འཇམ་དབྱངས་ས་པརྟེ་ཏས་སྤེལ་སྦྱར་སྟེ་  
ཆོགས་མེ་ཏོག་རྒྱན་པོར། ཆོགས་སུ་བཅད་དང་ལྷག་པ་  
དང་། རྒྱན་ཆགས་ཞིས་བྱ་རྣམ་པ་གསུམ། ཆོག་གི་སྦྱར་  
བ་བྱེད་འདོད་པའི། ཁལས་པ་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་ངོགས་  
ཡིན། ཞིས་རྒྱན་ཆགས་ལུས་གསུམ་པར་མཛད་ཅིང་། དེ་  
ཡང་རྒྱན་ཆགས་བཅད་པ་ནི་འདིར་ཆོགས་སུ་བཅད་  
པའི་བྱེ་བྲག་ཡིན་པས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཉིད་ཀྱི་ནང་  
དུ་བཤད་པར་བྱའོ། རྒྱན་ཆགས་མ་བཅད་པ་ནི་སྤེལ་  
སྦྱར་གྱི་སྤེ་ཡང་ལ་སོགས་པས་བྱེ་ལ། བྱ་བ་སྟོན་པའི་སྒྲ་

ཡོད་པ་རྒྱུ་པ་བཞིན་མ་བཅད་པ་སྟེ། དེ་སྐད་དུ་འང་  
 ཐེབ་སྒྱུར་གྱི་ཆོམས་ལས། རྒྱུ་པ་དག་གིས་མ་བཅད་  
 ཅིང་། རྒྱུ་པ་ཡི་གེ་སྟེ་ལ་ལེགས་ཡོད། རྒྱ་བའི་ཆོག་  
 གིས་གསལ་བྱས་པ། དེ་ནི་རྒྱུ་པ་ཆགས་ལས་གཞན་  
 མེད། ཞེས་འདོན་པའི་བྱུང་རྒྱུ་རོ།

འདིའི་དཔེ་བཅུ་ནི། ཁོ་བོའི་སྒྲ་མ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱུ་དཔལ་  
 ས་སྒྱུ་པ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་མཐས་བརྒྱུན་པའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་  
 མཇུག་པའི་དཔལ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ལས་འབྱུང་བ་  
 རྒྱ་བའོ། འདི་རྒྱ་བའི་ཐེབ་སྒྱུར་དེང་སང་རྒྱ་གར་ན་  
 ཐེབ་སྒྱུར་བ་ཆོས་ཆེན་མང་དུ་ཐོས་པ་འགའ་ཞིག་ལ་  
 གྲགས་པ་ཅི་མ་དུ་བཅད་ཀྱི་ཐམས་ཅད་ལ་གྲགས་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན། རྒྱུར་བ་ཡང་ཆོས་ཤིན་ཏུ་ཉུང་བར་སྒྲུང་དོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལ། དཔལ་ལོ་ཙྴ་བ་སྒྲོ་གྲོས་བརྒྱན་པས། དེ་  
 ནི་མཐས་པའི་གསུང་ཡིན་ཡང་བརྒྱན་བཅོས་ཆེན་པོ་

རྣམས་དང་འགལ་བས་ཡིད་ཆེས་གནས་སུ་བབྱང་བར་  
 མི་བྱའོ། །ཞེས་དང་། ཟེབ་སྒྱུར་གྱི་ཆོམས་ལས། ཞེས་  
 སོགས་གསུངས་པ་ནི་དབྱུང་དགོས་ཏེ། གཞུང་དེ་སྐད་  
 ཅས་བྱ་བའང་ཐ་སྙད་ཀྱི་གཙུག་ལག་དང་དེ་སྐྱབ་  
 གཞན་རྣམས་ལ་གྲགས་པ་མ་མཐོང་ལ། དེ་ལྟ་བུ་རྒྱན་  
 ཆགས་ཡིན་ན་བྱ་བའི་ཆོག་ཡོད་པའི་སྤྱད་པ་རྣམས་  
 ཀྱང་རྒྱན་ཆགས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ཞིང་། །དེ་འདྲའི་  
 རྣམ་བཞག་གཞུང་འདི་དང་ཟེབ་སྒྱུར་རིན་ཆེན་འབྱུང་  
 གནས་ལ་སོགས་པར་མ་སྒྲིས་པ་དང་། ཀྱང་པ་མེད་པའི་  
 ཆོག་རྒྱན་ནི་སྤྱད་པ་ཁོ་ན་བཤད་པས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་  
 བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱིས་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་དགག་བཞག་  
 གི་ཕྱོགས་འཐེན་མང་དུ་བྱུང་འདུག་མོད། བདག་ཅག་  
 གི་སྤྲོ་མ་འཇམ་མགོན་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཆེན་པོས་  
 ཀྱང་། རྒྱན་ཆགས་མ་བཅད་པ་དང་དེ་སྟོན་པའི་གཞུང་  
 གཉིས་ཀའི་རྒྱ་དཔེ་སྒྲར་མཐོང་ནི་མ་མཐོང་། རྒྱ་བོད་ཀྱི་

མཁས་པ་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་ཐེབ་སྦྱར་ལ་མེད་པ་ས་པའ་  
 རང་གི་གསུང་ལས་ཀྱང་གསལ་མོད། འོན་ཀྱང་གིན་ཏུ་  
 གྲགས་ཆུང་ཞིང་སྦྱར་བ་ཉུང་བ་མ་གཏོགས་དུ་རྒྱ་ཀར་  
 གྲགས་པའི་ཐེབ་སྦྱར་རྒྱ་ཆགས་མ་བཅད་པ་ཞིག་རྒྱ་  
 གར་ནའང་ཡོད་པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། གཞུང་འདི་དང་  
 ཐེབ་སྦྱར་རིན་འབྱུང་སྐོག་ལ་ནི་བསྐྱེག་ཏུ་མེད་པས།  
 ས་པ་རྒྱེ་ཏ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་མཁས་པ་འདུག་པའི་སྒྲོ་  
 བསྟན་བཅོས་བྱེད་པས་ཆོགས་བཅད་དང་། རྒྱང་པ་  
 དང་ནི་ཐེལ་མ་གསུམ། ཞེས་གསུངས་པས། སྐབས་  
 འདིར་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་བཞེད་པ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་  
 ལེགས་པ་ཡིན་གསུངས།

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ཐེབ་སྦྱར་གྱི་སྒྲོ་ནས་གཉིས་སུ་དབྱེ།  
 སྦྱར་ཚུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བཞེར་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
 ཆོགས་བཅད་རྒྱང་བཞི་པ་དེ་ཡང་། །



བློ་རྩ་ཏི་ཞེས་རྣམ་གཉིས། །

དེ་ཡི་སྒྲིམ་པ་མཐའ་དག་ནི། །

ཐེབ་སྒྱུར་གཞུང་དུ་ངེས་པར་བསྟན། །

རིག་དེ་སྟན་ངག་རྒྱ་མཚོ་ནི། །

ཟབ་མོར་འཇུག་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲ། །

གཞུང་ལྷགས་གཞན་འགའ་དང་ཁྱད་པར་མངོན་པ་  
ཀུན་ལས་བཏུས་ལས། ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་པ་གཅིག་པ་  
ནས་བཟུང་སྟེ་རྒྱུ་པ་རྒྱག་པའི་བར་དུ་ཡོད་པར་  
བཤད་མོད་ཀྱི། སྟན་ངག་པའི་རང་ལྷགས་ལ་ཆོགས་སུ་  
བཅད་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་པ་ཁོ་ནར་ངེས་པས་ན། ས་པརྟེ་  
ཏས། ཡི་གེ་གཅིག་ནས་ལྷུ་ཡི་བར། ཆོགས་སུ་བཅད་  
པར་གྲགས་མོད་ཀྱི། ཁལས་པ་ཕལ་ཆེར་དེ་སྐབ་  
པའི། ཁཚན་ཉིད་དབྱེ་བ་བཏང་སྟོམས་མཛད། ཅེས་

གསུངས་པས། སྐབས་འདིར་དེ་ལྟ་བུའི་དཔེར་བརྗོད་  
 བྱེད་པ་ནི་མི་ལེགས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་  
 བཞི་དེ་ལ་ཡང་། གང་དུ་དབྱངས་ཀྱི་ཡི་གེ་བཟང་བ་ནི་  
 བྱིན་ཏེ་ཞུགས་པའམ་སྐྱར་བའམ་འཕེལ་བ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏོ། །ཕྱི་མོ་བཟང་བ་ནི་རྩ་ཏེ་ཏེ་རིགས་སམ་བསྐྱེད་  
 པ་ཞེས་བྱ་ཏེ་རྣམ་པ་གཉིས། དེ་གཉིས་ལས་ཇི་སྟེད་པའི་  
 དབྱེ་བར་གྱེས་པ་སོགས་སྟོས་པའི་བྱ་བ་མཐའ་དག་ནི་  
 སྟོབ་དཔོན་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཞི་བ་དང་། དྲང་  
 སྟངས་དམར་སེར་དང་། རྒྱལ་བའི་ལྷས་མཛད་པ་སོགས་  
 རྟེན་སྦྱར་གྱི་གཞུང་གཞན་ལས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་  
 ཤིང་། གང་ཞིག་ལེགས་སྐྱར་སྤྱོད་ཏེ་སྐད་དུ་བརྒྱུ་མས་  
 པའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ནི་དོན་ཤིན་ཏུ་  
 ཟབ་པའི་ཕྱིར་དང་། ཆོག་ཉམས་སྟོ་ཆོགས་པའི་བདུད་  
 ཚི་དང་ལྷན་པ་དང་། ལེགས་པར་བཤད་པ་རིན་པོ་ཆའི་  
 འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་དང་། སྟོ་མ་སྐྱུངས་བ་རྣམས་ཀྱིས་

འཇུག་པར་དཀའ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཚོ་ཡིན་ལ། ཟླེབ་སྐྱོར་  
གྱི་རིག་པ་ནི་དེ་ན་འཇུག་འདོད་རྣམས་ཀྱི་བྱ་ལྷ་བུའོ་  
ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་དོན་རྟོ། །

གཉིས་པ་ནི། འོ་ན་གྲོལ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྟན་ངག་ཆེན་  
པོའི་སྐྱོར་ཚུལ་རྣམས་འདིར་མི་འཆད་པ་ཅི་ཞེ་ན།

གྲོལ་བ་དང་ནི་རིགས་དང་མཛོད། །

འདུས་པ་ཞེས་བྱ་དེ་འདྲ་ཡི། །

ཆོགས་བཅད་རྒྱ་ཆེ་སྐྱེས་བཅེངས། །

ཆ་ཤས་རང་བཞིན་ཕྱིར་མ་བཛོད། །

གྲོལ་བ་དང་། རིགས་དང་། མཛོད་དང་། འདུས་པ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞི་ནི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་སྟན་  
ངག་ཆེན་པོ་སྐྱེས་བཅེངས་པའི་བསྟན་བཅོས་དག་གི་  
ཞར་ལས་ཤུགས་ཀྱིས་ཐོན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། དེའི་

ཆ་ཤས་ཙམ་ཡིན་གྱི་ལོགས་སུ་ཤེས་པའམ་སྟོན་པར་བྱ་  
དགོས་པ་མ་ཡིན་པས་འདིར་མ་བཟོད་དོ། །འོན་ཀྱང་དེ་  
དག་གི་རྣམ་པ་ཇི་སྟ་བུ་ཞེ་ན།

གྲོལ་བ་ནི། རྒྱལ་བའི་སྐྱེས་རབས་ལས། གཞན་དོན་སྦྱོང་  
པ་གང་གིས་ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པ་ལུན་ཆོགས་རྣམས། །རང་  
དོན་ལ་ཆར་འབད་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྗེས་འགོ་མིན་པ་  
ཉིད། །ཐམས་ཅད་མཐུན་ཅེས་བྱེན་ཅི་མ་ལོག་ཡི་གེའི་  
གྲགས་པ་གསལ། །མཉམ་མེད་དེ་ནི་ཆོས་དང་དགོ་  
འདུན་བཅས་ལ་གཙུག་གིས་འདུད། །ཅེས་དང་། དཔག་  
བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་སྒྲིང་པོ་ཅན་གྱི་རྟོགས་པ་བཟོད་  
པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། རུ་མ་མདོན་དགའ་སྒྲིང་ཆེན་མོས་  
བུམ་མཐོ། །ག་ཤར་དོ་ཤལ་རབ་ཏུ་ཅི་དགའ་  
དགོད། །དར་བ་བབས་པའི་ན་ཆུང་འབྱོར་བ་  
ཡང་། །བསོད་ནམས་བྱས་པ་རྣམས་ལ་དགའ་སྟེར་

ཡིན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་  
ནང་དུ་དོན་གཅིག་གཞན་ལ་མི་སྟོས་པའི་རང་དབང་  
ཅན་དུ་རྫོགས་པ་ཞིག་གོ།

རིགས་ནི། གཙུག་ན་ནོར་བུའི་རྟོགས་བརྗོད་ཡལ་འདབ་  
དུ། །མཛེས་མ་དེས་ཀྱང་མི་བདག་ནི། །བརྟན་ལྡན་ཟབ་  
ཅིང་མཛེས་པ་དང་། །གཞན་གྱིས་གདུང་ལ་སྟངས་རྗེ་  
ནས། །གཞུ་བཞག་འདོད་པའི་དབང་ཕྱག་  
བཞིན། །གཙུག་གི་རིན་ཆེན་འོད་ཟེར་ནི། །མི་རུང་  
འཛིགས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །སྟོགས་སུ་བསྐྱུང་བའི་ཡིག་  
ཐོང་དག། །གུར་གུམ་གྱིས་ནི་བྲིས་པ་བཞིན། །རྒྱང་ནི་  
གཡོ་བ་ཅིང་འཕེན་བྱེད་པའི། །རྩ་ཡབ་དག་གིས་རྣམ་  
མཛེས་པ། །འགོ་བ་ཡང་དག་སྟོལ་མེན་པར། །སྟངས་  
སྟོབས་གྱེན་དུ་འཕྱར་བཅས་བཞིན། །རིན་ཆེན་ཡིད་  
འོང་དོ་ཤལ་དག། །སྟངས་གར་བབྱང་བར་བྱས་པ་ནི། །ས་

འོག་རྒྱད་པ་ཞི་བའི་སྒྲད། །སྟག་མ་ཅན་གྱིས་བརྟན་པ་  
 བཞིན། །ཆེ་བའི་དབུང་པས་ས་དང་ནི། །སེམས་གྱིས་  
 བཟོད་པ་ཐོབ་པ་དག། །མཐོང་ནས་མངོན་པར་འདོད་  
 པ་དང་། །ཡ་མཚན་དབང་དུ་རབ་དུ་གྱུར། །ཞེས་བཟོད་  
 བྱི་དོན་གཅིག་རྒྱལ་པོ་མཐོང་བ། རྫོང་བྱེད་སྟོ་ཀ་ལྔ་པོ་  
 བན་ཚུན་སྟོས་ན་དོན་རྫོགས་ཤིང་མ་སྟོས་པའི་སྟོ་ཀ་རེ་  
 རེའི་ནང་དུ་དོན་མ་རྫོགས་པ་རབ་དུ་གྱུར་ཞེས་པའི་བྱ་  
 ཆོག་གཅིག་གིས་གསལ་བར་བྱས་པ་དང་། །སྟན་ངག་  
 ཆེན་པོ་དམ་པ་ཏྲིག་དཀར་པོའི་སྦྱོད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 སྐུ་དང་པོར། གནས་གཙང་མ་ཡི་རིགས་བྱང་  
 རྣམས། །གཞན་མང་རྣམས་དང་སྟན་ཅིག་དུ། །རྒྱལ་བྱེད་  
 ཆོལ་དུ་འོང་བར་གྱུར། །ཞེས་པ་ནས། ཟླ་འོད་བདུད་ཅི་  
 འབྱང་འདོད་པའི། །ནགས་ཀྱི་ཚ་གོ་ར་རྣམས་ནི། །ཟླ་བ་  
 རྩུང་བར་འབྲུལ་བ་ལས། །མིག་དག་ཡང་ཡང་བསྦྱོད་  
 འགྱུར་བའོ། །ཞེས་པའི་བར་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་བཙུ་

བརྒྱད་ཀྱིས་གནས་གཙང་མའི་སྟེ་རྣམས་རྒྱལ་བྱེད་ཆལ་  
 དུ་འོང་ངོ་ཞེས་པའི་དོན་གཅིག་བསྟན་ཅིང་། འོང་བར་  
 གྱུར་ཞེས་པའི་བྱ་ཆོག་གཅིག་གིས་གསལ་བར་བྱས་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །སྐབས་འདིར་རྩ་སྒྲིལ་གྱི་འགྲེལ་དུ། དེའི་བྱ་  
 གྲག་ནི་བྱང་ཅན་ནོ། །ཞེས་བཤད་པ་སྟོག་གཉིས་ཀྱིས་  
 དོན་གཉིས་སྟོན་པ་དཔང་རྒྱུ་གི་དབྱར་ཚུལ་པར་དམ་  
 བཅའི་སྐབས་སུ། རྣམ་འབྱེད་དོ་རྗེས་ལྟ་ངན་རི་  
 འཇིགས་ཤིང་། ལེགས་བཤད་རྒྱལ་མཆན་སེམས་རྒྱད་  
 ཁང་བཟང་དུ། ཆེས་ཆེའི་བཙུན་པས་འཇུགས་པ་ཤོང་  
 སྟོན་དེས། གངས་རིའི་ཁྲོད་འདིར་སྟོན་མེད་ལེགས་  
 སྐྱར་བ། རྒྱུ་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྟོན་ངག་མེ་ལོང་  
 འདི། ཡང་ངག་བཤད་པས་བྱེད་དོར་ལེགས་སྐྱབ་  
 རྟེ། དོན་གཉིས་གཟུར་གནས་རྣམས་ལ་འབྲུལ་ལགས་  
 པས། སྟོན་ངག་རྒྱུ་བཟའི་གཟུགས་ལ་གཟེགས་པར་  
 གསོལ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ་སྟུང་སྟེ་དབྱེད་པར་བྱའོ། ཞེས་



དཔང་ལོ་ཆེན་པོ་རང་གིས་གསུངས། གང་ལྟར་དེ་ཡང་  
རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་དུ་བསྐྱས་པའོ། །

མཛོད་ནི། དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་དང་  
པོར། རྣམ་ཞིག་ས་ཡི་དབང་ཕྱག་དེ། །མདུན་སར་  
བཞུགས་ལ་སྤང་པོ་ཡི། །རྣགས་ཀྱི་བདག་པོ་མངོན་  
ཕྱགས་ཏེ། །ཤུས་མོ་ས་ལ་བཅུགས་ནས་སྐྱས། །ལྷ་ཅིག་  
ཁྱོད་གྲགས་ཐོས་གྱུར་ནས། །ས་སྤང་ས་ལ་འོངས་པ་  
ལྟའི། །སྤང་ཆེན་མཆོག་དུ་མངོས་པ་ནི། །མཛད་དུ་བྱུང་བ་  
བདག་གིས་བབྱང་། །སྐབས་གསུམ་པར་འོས་སོ་གཉིས་  
འདི། །སྒོ་ན་གནས་སོ་རབ་དུ་གཟིགས། །གང་ཕྱིར་ཇོ་བོ་  
གཟིགས་གྱུར་ན། །གཡོག་འཁོར་ཡོངས་ངལ་འབྲས་དང་  
བཅས། །དེ་དག་ཐོས་ནས་མི་བདག་ནི། །སྒོ་ན་ལ་ཡང་  
དག་སྒོས་ནས་སོང་། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་གཙོད་མཆོམས་དང་  
བྱ་ཆོག་སྐྱ་ཆོགས་པ་རང་དབང་ཅན་སྒོ་ཀའི་གྲངས་

ངེས་བཟུང་མེད་པ་རྒྱལ་པོའི་མཛོད་ནང་གི་འོར་ལྷ་ར་  
རྣམ་པ་དུ་མར་གནས་པ་ཞིག་གོ།

འདུས་པ་ནི། ཡལ་འདབ་དང་པོར། གཟེ་བརྗེད་ལ་  
བརྟེན་ལྷ་རྣམས་ཀྱིས། གང་གི་གྲགས་པ་མངོན་མཛོད་  
པ། རབ་གསལ་ཞེས་བྱའི་ས་བདག་དེ། དེར་ནི་ས་ཡི་  
ཐེག་ལེར་གྱུར། གང་གི་གྲགས་པའི་མེ་ཏྲག་གི་དོག་པ་  
ཡོན་ཏན་དྲི་བཟང་ཚོགས། རྩོགས་ཀྱན་རི་དྲགས་མིག་  
ཅན་མའི། རྣ་བ་ཡི་ནི་རྒྱན་དུ་གྱུར། ཐབས་ཤེས་ལྷན་པ་  
གང་གི་བཀའ། ས་སྦྱང་མགོ་ཡི་ཚོགས་རྣམས་  
ལ། གསེར་གྱི་མེ་ཏྲག་དྲི་མེད་གྱི། བྲེང་བ་བཞིན་དུ་རབ་  
དུ་བརྗེད། ཅེས་རྗེད་བྱེད་སྒྲོ་ཀ་གསུམ་ཐེག་ལེར་གྱུར།  
རྒྱན་དུ་གྱུར། རབ་དུ་བརྗེད་ཅེས་པའི་བྱ་ཚོག་གསུམ་  
གྱིས་གསལ་ལ་ལྷ་བྱ་དང་། གཞན་ཡང་སྤྲོན་གྱི་འོན་པའི་  
ཏྲོགས་པ་བརྗེད་པར། སྐབས་དེར་ཅུན་འཕྲི་ཤིང་རྒྱང་།

གཞོན་གྱིས། རྟལ་ཅིང་ཤུགས་རིང་སྐལ་བ་བསྟེན་  
 རྟལ་ས་ལ། འདོད་པའི་ཤོགས་པོར་གྱུར་པ་དཔྱིད་གྱིས་  
 བློ། མངོན་པར་འདོད་པའི་སྟོན་ཚུལ་རབ་ཏུ་  
 བཏུན། རྟལ་བྱལ་འདོད་ལྡན་མ་ཡི་མི་མཐུན་  
 ཤོགས། རྟལ་ཤོགས་རྒྱང་ནི་ཡང་ཡང་རབ་ཏུ་ལྡང་། འགོ་  
 ལས་རྒྱལ་སྐད་ཉ་ཡི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས། རྒྱང་གི་མཆོན་ནི་  
 འཕྲལ་ལ་རབ་སྐྱར་ཞིང་། རྟལ་དུག་དཔྱིལ་འཁོར་དག་  
 གིས་མ་སྐྱས་པ། རྟལ་པོར་རྒྱས་པས་ཕྱི་བ་ཉིད་གྱུར་  
 པའི། རྟལ་ཏའི་ཤིང་གིས་མི་ཕྱིད་ཕྱག་རྒྱ་བཅིངས། འལང་  
 ཆོ་ཅན་ལ་མངོན་འདོད་བསྐྱབ་པ་བྱས། དཔྱིད་ཀྱི་  
 དཔལ་མོ་དག་གི་རྟ་བའི་རྒྱན། རི་བོའི་ངོས་ལ་སྐྱངན་  
 མེད་པ་མཛེས། རྟལ་ཁྱེར་མ་ཡི་རྟལ་པས་རབ་བསྐྱུན་  
 པས། ཡལ་འདབ་གསར་པ་དག་ལ་ཆོན་འཕྲོས་  
 བཞིན། མཛེས་མའི་ཁ་ཡི་ཆང་གིས་དགའ་ལྡན་  
 པ། འདོད་པའི་ཐབས་ནི་སྐལ་ལྡན་བདག་ཉིད་

ལ། ཁྱེས་ཏེ་བ་ཀྱ་ལ་ཤིང་མེ་ཏྲོག་གིས། རྩོལ་གྱིས་དགའ་  
 ཞིང་འཇུག་པའི་དཔལ་སྐྱེས་བཞིན། ཁྱེས་ལྷན་མ་  
 རྣམས་ཁྱེས་པ་རབ་བཏང་ཞིང་། ཁྱེས་སྐྱེས་སྐྱེས་ལྷན་  
 ཀླང་པར་རབ་བཏུང་དེ། མཛེལ་བོ་དག་ལ་དྲངས་བར་  
 བྱེད་མཐོང་ནས། ཁྱེས་སྐྱེས་སྐྱེས་ལྷན་ལྷན་དགོད་  
 བཞིན། ཁྱེས་སྐྱེས་སྐྱེས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་  
 མཛེས་པ་དབྱེད་ཀྱི་སེང་གོ་ཡིས། ཁྱེས་ལྷན་མ་ཡི་  
 ཁྱེས་པ་སྐྱེས་པོ་ལས། བསྐྱེད་པའི་ཁྱེས་བསྐྱེད་སྐྱེད་  
 མའི་སྐྱེད་བ་བཞིན། རྣམ་པ་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་  
 ཡིས། རིག་ལ་ཤི་རི་ཤས་མིག་ཀྱི་ཀ རྣམ་པ་གོ་སར་རྩལ་  
 རྣམས་སྐྱེས་པ་ཡིས། ཁྱེས་ཏྲོག་འབྱུང་གནས་དཔལ་གྱིས་  
 དགའ་ཆར་ཕབ། རྩང་བའི་ན་ཆུང་རྣམ་འཕྱུལ་ལོངས་  
 སྐྱེད་ལྷན། སྐྱེད་ཆེས་སྐྱེས་ཤིང་རྣམ་པར་འབྱུངས་དུས་  
 དེར། ཁྱེས་ཏྲོག་རབ་སྐྱེས་འབྱེད་ཤིང་ཆལ་གྱི་གཞིར། རིག་  
 འཛིན་སྐྱེད་པོའི་སྐྱེས་ནི་རྣམ་པར་སྐྱེད། ཁྱེས་སྐྱེད་ཀྱི་དགུས་

དོན་དཔྱིད་དུས་ཁོ་ན་བསྟན་ཞིང་། རབ་ཏུ་བསྟན།  
 བསྟན་པ་བྱས། རྣམ་པར་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ཆོག་མང་པོ་ཡོད་  
 པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྟོན་ལ་སྟོན་པའི་བསྟན་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་  
 ལ་སྟོན་དང་གྱི་ཆོག་གཉིས་ཀ་མང་པོ་འདུས་ནས་སྟོན་  
 པ་ཞིག་གོ།

དེ་བས་ན་སྟོན་བཅེངས་པའི་སྟོན་ངག་ཆེན་པོ་ནི་རྒྱ་  
 སྟོན་མ་ལྟ་བུ། གྲོལ་བ་སྟོན་བཞི་པོ་ནི་སྟོན་པ་བྱས་  
 པ་ལྟ་བུ། སྟོན་མ་ལས་ལོགས་སུ་སྟོན་པ་མེད་པ་ལྟར།  
 སྟོན་ངག་ཆེན་པོ་ལས་ལོགས་སུ་གྲོལ་བ་ལ་སྟོན་པ་  
 བཞི་མེད་ཅིང་། བཞི་པོ་ནང་ཕན་ཚུན་དུ་མི་འདྲ་བའི་  
 བྱད་པར་ནི། རིགས་དང་འདུས་པ་གཉིས་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་མང་པོས་སྟོན་པར་འདྲ་ཡང་། རིགས་ལ་བྱ་  
 ཆོག་གཅིག་དང་འདུས་པ་ལ་མང་པོས་སྟོན། །མཛོད་  
 དང་འདུས་པ་གཉིས་བྱ་ཆོག་མང་བའི་སྟོན་ནས་འདྲ་

ཡང་། མཛོད་ལ་སྒྲོ་ཀ་མང་པོ་དགོས་པར་མ་ངེས་ཤིང་།  
 འདུས་པ་ལ་ངེས་པའོ། གྲོལ་བ་སྒྲོ་ཀ་གཅིག་གཅོད་  
 མཚམས་དང་བྱ་ཆོག་མི་དགོས་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྟན་ངག་  
 ཆེན་པོའི་ཆ་ཤས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གཞུང་འདིར་དཔེར་  
 བཅོད་མ་མཛད་པའོ། །སྐྱེས་བཅེངས་པའི་སྟན་ངག་  
 ཆོག་ས་བཅད་དུ་བཅུ་མས་པའི་བསྟོད་པ་དང་། རྟོགས་  
 བཅོད་དང་། གཏམ་རྒྱུད་དང་། རྒྱུས་རབས་ལ་སོགས་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཇི་ལྟར་རིགས་པར་བཞི་པོ་འདིའི་  
 མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པས། དེ་དག་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་  
 འདིར་བསྐྱུས་པའོ། །འདིར་བྱ་ཆོག་ཅས་པ་བོད་སྐད་ལ་  
 བོད་པེར་བཅོད་ཟེན་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུ་དང་། ལེགས་  
 རྒྱུར་གྱི་སྐད་ལ་ཏིང་མཐའ་འཕྲུ་ལ་སོགས་པའི་བྱ་  
 བའི་རྒྱན་གང་རུང་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ། འབྲེལ་པ་  
 འདོད་འཇོག་སར་འབྱུར་ན་འདིའི་དཔེར་བཅོད་ཤིན་  
 ཏུ་མང་ངོ་། །

སྟན་ངག་ཆེན་པོའི་སྒྲུབ།

གསུམ་པ་སྟན་ངག་ཆེན་པོའི་མཚན་ཉིད་ནི། འདུས་པ་  
ལ་སོགས་པ་སྐྱེས་བཅེངས་པའི་ཆ་ཤས་ཡིན་ན་སྐྱེས་  
བཅེངས་པ་ཉིད་ཇི་སྟ་བུ་ཞེ་ན། དེ་ལ་གསུམ། སྟན་ངག་  
ཆེན་པོ་ངོས་བབྱང་བ། དེའི་མཚན་བྱེད་སྒྱུར་བྱང་བ།  
དམིགས་ཀྱིས་བསལ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

སྐྱེས་བཅེངས་པ་སྟན་ངག་ཆེ། །

སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ལ་ལྟ་བུ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ལེན་པ་  
བཅད་པ་ཞེས་བསྒྱུར་ཏེ། དེས་བཅེངས་པ་སྐྱེས་གཅིག་  
མ་ཡིན་པ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་ནི་སྟན་ངག་ཆེན་  
པོའོ། །འདིར་སྒྲོབ་དཔོན་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་གིས། །ཁ་  
ཅིག་སྐྱེས་བཅུ་དྲུག་ལ་སོགས་པས་བྱས་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་  
དུ་འདོད་དོ་ཞེས་གཞན་འདོད་བཀོད་ནས། སྒྲོབ་དཔོན་  
ཉིད་ཀྱི་བཞེད་པ་ནི། འོན་ཀྱང་དེར་མ་ངེས་ཏེ་ཨ་ཤ་



སྐྱོ་སྐྱོ་ལེན་མཆོན་པ་དང་། ལྷ་གྲོ་ཏི་སྐྱོ་ལྷ་ཏི་  
 འཕགས་མའི་དབྱངས་ཀྱིས་བཅིངས་པ་ཅམ་ཡང་སྐྱོན་  
 ངག་ཆེན་པོར་འགྱུར་བར་བཞིན། སྐབས་འདིར་དཔང་  
 རྒྱུ་ཏུ་ཨུ་ཞེས་བྲིས་པ་ཡིག་ཅོར་ཏི། དེ་ཉིད་རྒྱ་  
 མཆོན་མ་གོ་བར་འགྲེལ་པ་བྱི་མ་ཆོར་ཡང་བཤུས་ནས་  
 བཀོད་འདུག་པ་ནི་ཡིག་ཅོར་རྒྱ་འབྱམས་འབའ་ཞིག་  
 གོ།

གཉིས་པ་ནི།

དེ་ཡི་མཆོན་ཉིད་བཟོད་པར་བྱ། །

ཤེས་བཟོད་ཕྱག་བྱ་དངོས་པོ་ནི། །

ངས་པར་བསྟན་པའང་དེ་ཡི་སྒྲོ། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་སྐྱོན་ངག་ཆེན་པོ་དེའི་མཆོན་ཉིད་  
 དམ་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་

བཅས་ནས། དེ་ལ་དང་པོའི་ཤིས་པ་བཟོད་པ། ཕྱག་བྱ་  
 བ། དངོས་པོ་ངེས་པར་བསྟན་པ་སྟེ་གསུམ་པོ་གང་ཡང་  
 རུང་བ་ནི། སྟན་ངག་ཆེན་པོ་དེ་ལ་ཐོག་མར་འབྱུག་པའི་  
 སྟོལ། །དེ་ཡང་ཇི་སྟབས་ཞེ་ན། ཤིས་བཟོད་སྟེ་འདོད་པ་ལ་  
 སྟོན་པ་སྟོར་བྱས་པ་ནི་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་དུ། གང་  
 ཕྱགས་དྲི་བུལ་ཤེལ་ལ་ཆགས་ཆོན་འཛིན་པ་མེན་པ་  
 ཉིད། །ཡིད་ནི་སྟངས་རྒྱུ་ལ་གང་གིས་སྟོན་ནམས་  
 མ་ལྷས་བསྐྱམས། །གང་གིས་སྟོབ་བ་མེད་ལ་རང་གིས་  
 འཁོར་བའི་དབྱ་མངོན་བཅོམ། །ཀྱན་མཁྱེན་དེ་ཡིས་  
 བྱེད་ལ་དགོ་ལེགས་གཡོ་བ་མེད་གྱུར་ཅིག །ཅེས་པ་དང་།  
 གཞུང་འདི་ཉིད་ཀྱི་དབུར། གདོང་བཞི་གདོང་གི་པད་  
 ཚལ་གྱི། །ངང་པའི་བྱ་མོ་ཐམས་ཅད་དཀར། །དབྱངས་  
 ཅན་མ་ནི་ཁོ་བོ་ཡི། །ཡིད་ལ་རིང་དུ་གནས་པར་  
 མཛོད། །ཅེས་པ་སྟབས་ཀྱི། །ཕྱག་བྱ་བ་ནི། །འདུད་པ་སྟེ།  
 དཔེར་ན། འཛིག་རྟེན་གསུམ་གྱི་རིན་ཐང་བཟོད་བདག་

ཉིད། །ལྷ་དང་དེ་ཡི་དག་པོ་མི་རྣམས་དང་། །ལྷ་ཡི་  
 དབང་པོའི་ཅོད་པན་རྣམས་ལ་གནས། །དགོན་མཆོག་  
 གསུམ་པོ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་དང་། སློབ་  
 དཔོན་རིན་འབྱུང་ཞི་བས་སྒྲེབ་སྦྱར་བསྟན་བཅས་ཀྱི་  
 དབྱར། རྒྱལ་བ་ཐུབ་པ་ཉི་མ་ནི། །སྤང་བ་མཆོག་གི་  
 བདག་ཉིད་ཅན། །ནང་གི་མཆོན་མོ་བཤེས་བྲལ་  
 གྱི། །ནང་གི་ཉིན་བྱེད་ལ་ཕྱག་འཆལ། །ཞེས་པ་ལྷ་  
 བུའོ། །ཡང་བཟྃ་ད་བྱ་བསྟན་བཅས་དེའི་དངོས་པོའི་  
 གནས་ལྷགས་མདོར་བསྐྱས་ནས་ངེས་པར་བསྟན་པའི་  
 སྒོ་ནི། རྒྱུད་སྒྲ་མར། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་ཁམས་དང་  
 བྱང་ཆུབ་དང་། །སངས་རྒྱས་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་ཐ་མ་  
 ཉེ། །བསྟན་བཅས་ཀྱི་ཀྱི་ལྷས་ནི་མདོར་བསྐྱ་ན། །དོ་རྩེ་  
 ཡི་ནི་གནས་བདུན་འདི་དག་གོ། །ཞེས་བསྟན་བཅས་ཀྱི་  
 བཟྃ་ད་བྱ་རྣམས་དོ་རྩེའི་གནས་བདུན་དུ་བསྐྱས་ནས་  
 གསུངས་པ་ལྷ་བུའམ། གཞན་ཡང་སྦྱིས་རབས་སོ་བཞི་

པའི་དབྱར་སློབ་དཔོན་དཔའ་བོས། དཔལ་ལྷན་ཡོན་  
 ཏན་དམ་པས་ཡོངས་བཟུང་བཀྲ་ཤིས་པ། གྲགས་པའི་  
 གཞིར་གྱུར་མ་སྤང་ཤིན་ཏུ་ཡིད་འོང་བ། རླབ་པའི་སྐྱ་  
 ཆོ་ལྷ་མའི་སྦྱོང་པ་མཛད་བྱང་ནམས། །བདག་གི་སྟན་ངག་  
 མེ་ཏོག་སྟེམ་པས་གྲུས་པར་མཆོད། །ཅེས་དང་། མངོན་  
 བཟོད་སྐྱ་ཆོགས་གསལ་བ་ལས། དེ་ནི་ཕུལ་བྱང་སྟན་  
 ངག་མཁན་གྱི་ལམ་སྦྱོས་བསྐྱེད་བ་ཅན། །སློ་ཡི་མིག་ལྷན་  
 ལྷ་མས་བསྟན་པའི་མིག་དང་ལྷན་པ་ཡི། །སྐྱ་ཆོགས་སྟན་  
 ངག་མཁན་དག་གིས་བཀོད་མངོན་བཟོད་མཛོད་  
 ནམས་ལས། །དྲངས་ཏེ་མིག་དང་འདྲ་བ་འདི་ནི་སྟོན་  
 མའི་མཛོད་ལྟ་བུ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། ལྷང་ཕྱི་མ་འདི་ན་  
 ལུས་བསྐྱུར་བ་བལ་བོའི་པརྟེ་ཏ་དཔལ་འཛིན་ལྷེས་  
 མཛོད་པ་སྟེ། རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱ་ཆོགས་གསལ་བ་  
 སྐད་གྲགས་ཅན་དེ་ནི་མིན་ཞེས་རྗེ་པཎ་ཆེན་ལྷ་མས་

གསུངས། དེས་ན་དེ་རྣམས་ནི་སྤྱད་པ་དང་སྤེལ་མ་དག་  
གི་ཡང་སྒོ་ཉིད་དོ།

འོ་ན་སྒྲན་ངག་ཆེན་པོ་དེས་བསྐྱགས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་  
ལས་དེའི་བརྗོད་བྱ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཅེ་ན།

སྒྲན་བྱང་གཏམ་ལས་བྱུང་བའོ།

ཅིག་ཤོས་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་པ།

སྒྲེ་བཞི་འབྲས་བུའི་དབང་བྱུང་དང་།

མཁས་ཤིང་རྒྱ་ཆེའི་འདྲེན་པ་ཅན།

སྒྲན་བྱང་བའི་གཏམ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྐྱེས་པ་  
རབས་ཀྱི་བྱང་བའོ། རིག་བྱེད་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་  
རྒྱུད་དམ། འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་སྤྱང་རྒྱུད་སོགས་  
སྤྲུང་བའི་གཏམ་ངོ་མཆར་བ་དག་གམ། ཡང་ན་  
དེའི་ཅིག་ཤོས་ཏེ་ད་ལྟར་བའི་ཡུལ་ལ་དུས་དེར་སྒྲན་

ངག་སྒྱུར་ནས་བརྩམས་པ། དཔེར་ན། དང་པ་ལས་  
 སྔོན་པོ་ལེ་བསྟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟོད་པ་  
 ད་ལྟ་བུ་ལྟན་འགྱུར་གྱི་ཁྲོད་དུ་བཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞི། རྒྱལ་  
 བོ་སྔོན་པོ་ལེ་བསྟོད་པ་ཞེས་ཀྱི་ཡུལ་གཞན་ལའང་སྒྱུར་བྱང་  
 རོ།

བརྩོད་བྱ་སྤེལ་བཞིན་སྒྲིལ་བཤད་པ།

སྤེལ་བཞི་ནི། རང་གི་བདག་གིར་བཟུང་བའི་ས་གཞི་དང་  
 རིན་པོ་ཆེ་དང་དར་གོས་འབྲུ་སྒྲན་སྔོན་པོ་ལེ་བསྟོད་ཀྱི་  
 དངོས་པོ་ལྟག་པ་དང་། སྤེལ་དང་རྟོག་གི་སྔོན་པོ་ལེ་བསྟོད་ཀྱི་  
 གནས་ལྟན་མང་དུ་སྤེལ་བ་ནི་དོན་གྱི་སྤེལ། །རང་འགྲོ་  
 ལས་སྤེལ་པས་མངོན་པར་མཐོ་བ་མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་ལྟ་དང་མི་ལ་སྔོན་པོ་ལེ་བསྟོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལྟ་  
 ལྟ་བུའི་བདེ་སྤྱིད་ལ་རོལ་བ་ནི་འདོད་པའི་སྤེལ། །ཆེ་བྱེ་  
 མ་མངོན་མཐོ་དང་ངེས་ལེགས་ལ་སྤྱིད་པའི་རྒྱ་ད་ལྟ་

དཀར་པོའི་ཚེས་ལ་འབད་པ་གང་ཡིན་པ་ནི་ཚེས་ཀྱི་  
 ཟེའོ། །འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་བཅས་  
 པ་ལས་ཚྭ་ནས་གཏན་དུ་བདེ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་  
 ནི་ཐར་པའི་ཟེའོ། །དེས་ན་དེ་བཞི་ཁོ་ན་སྐྱེས་བུ་རྣམས་  
 ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་འབད་པར་བྱ་བའི་གནས་ཡིན་  
 པས་ན་འབྲས་བུ་སྟེ། དེའི་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་དེ་དང་  
 འབྲེལ་པའི་ཚུལ་ཉིད་སྟོན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་  
 བཅོད་བྱ་དང་བསྐྱགས་པའི་ཡུལ་ཡིན་ནོ། །ཡན་ལག་  
 བརྒྱད་པ་རྩ་འབྲེལ་དུ། ཚེས་གསུམ་མེད་པའི་བྱ་བ་  
 ལ། །མི་བསྟོན་དེ་དང་འགལ་མི་བྱ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་  
 ཚེས་གསུམ་ལ་ཡང་ཐར་པའི་ཚེས་ཚེས་ཀྱི་ཚེས་སུ་  
 བསྐྱས་ནས་གསུམ་དུ་བབྱང་བའི་བྱུང་པར་ཅམ་མ་  
 གཏོགས་འདི་ཉིད་ཁོ་ནའོ། །འདྲེན་པ་ནི་གཙོ་བོ་སྟེ་སྐྱེས་  
 རབས་དང་རྟོགས་བཅོད་ལ་སོགས་པར་བཅོད་བྱའི་  
 གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་སྟོལ་དང་སྟོན་གྱི་བཞོན་



པ་ལྷ་བྱ་ཆོས་དང་སྤྱིད་གྱི་གཙོ་བོ་སྟེ། དེ་ཉིད་གྱི་མཁས་  
པ་དང་གཏོང་བ་དང་ཐོས་པ་དང་མངའ་ཐང་རྒྱ་ཆེ་བ་  
ལ་སོགས་པའང་བསྐྱགས་པར་འོས་པའི་གཏམ་གྱི་  
གཞིའོ། །འདིའི་གཞུང་ཆོག་ཡིད་འོང་ཞེས་པ་མི་འཐད་  
ཟུ་དྲུག་རྒྱ་ཆེ་ལ་འཇུག་པས། མཁས་ཤིང་རྒྱ་ཆེའི་འདྲན་  
པ་ཅན། །ཞེས་འདོན་པ་ལེགས་སོ།

སྐབས་འདིར་བྱར་མཁར་སློ་གྲོས་རྒྱལ་པོས། སྐྱེས་བུའི་  
ལུས་སྟོག་རྒྱན་གསུམ་དཔེར་བྱས་ནས་བརྗོད་བྱ་སྟེ་བཞི་  
བསྐྱེས་པའི་དོན་རྣམས་སྟོག་དང་། རྗོད་བྱེད་གྱི་ཆོགས་  
བཅད་ལྷག་སྟེལ་མ་གསུམ་ལུས་དང་། དོན་རྒྱན་སྐྱ་རྒྱན་  
གའ་ཆོག་རྣམས་རྒྱན་ཏེ། ལུས་རྒྱན་སྟོག་གསུམ་གྱིས་  
བསྐྱེས་པར་འཆད་པའི་རྗེས་སུ་འགའ་ཞིག་འབྲངས་  
མོད། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྗེ་བོད་མཁས་  
པ་ཆེན་པོས་གཞུང་འདིར། ལུས་དང་རྒྱན་ཡང་རབ་ཏུ་

བསྟན། །གསུངས་པ་དང་། ས་པ་རྒྱུ་ཏས། སྟན་ངག་ལ་ནི་  
 ལྷས་དང་རྒྱན། །རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟུས་ཏེ་  
 བཤད། །ཅེས་དང་། དེའི་རང་འགྲེལ་དུ། སྟན་ངག་ལ་  
 བསྟུན་ལྷས་དང་རྒྱན་གཉིས། ལྷས་ནི་འདོད་པའི་དོན་  
 གྲུབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། རྒྱན་ནི་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་  
 ཚོག་དང་དཔེ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོར་བ་བྱུང་པར་ཅན་ནོ་  
 ཞེས་སོ། །རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་དོན་བསྟུས་པ་དཔང་རྟེན་  
 ཏུ་ཡང་། སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་སྟན་ངག་གི་  
 ལྷས་ཚོགས་པའི་ངོ་བོ་དང་དེ་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་  
 རྒྱན་ཡང་བསྟན་ཅིང་གསལ་བར་བྱས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་  
 བ་སོགས་རྒྱ་གར་མཁས་པའི་གསུང་རྒྱན་ཅན་གྱི་མཁས་  
 པ་ཐམས་ཅད་ལྷས་རྒྱན་གཉིས་ལས་མི་བཞེད་པར་  
 གསལ་ཡང་། གསོ་རིག་པའི་བག་ཆགས་མཐུ་བརྟས་  
 པས་ཇི་སྐད་དུ། སྟོན་གི་བདག་པོས་མ་བཟུང་བའི། མི་  
 རོ་བཟང་ཡང་སུ་ཞིག་ལེན། །ཅེས་པ་ལྟ་བུར་དགོངས་

མོད་ཀྱི་ཤིང་རྟ་དང་ཤིང་རྟ་འི་རྒྱན། གཞལ་མེད་ཁང་པ་  
 དང་དེའི་རྒྱན་ཅེས་པ་དང་གསེར་གྱི་སྐར་གསལ་མོར་  
 བུས་བརྒྱན་པ་ཞེས་སོགས་སྟོག་དང་མི་ལྡན་པའི་དངོས་  
 བོ་དུ་མ་ལའང་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པའི་རྣམ་བཞག་མཐོང་  
 ཕྱིར། སྐྱེས་བུ་ལུས་སྟོག་རྒྱན་གསུམ་ཁོ་ན་བསྟན་དགོས་  
 པའི་ངེས་པ་ག་ལ་ཡོད། ལུས་ཡིན་ཕྱིན་སྟོག་དགོས་པར་  
 ངེས་ན་ནི། མིག་ལ་སོགས་པའི་དབང་པོ་གཞན་ཡང་  
 ཅེའི་ཕྱིར་མི་དགོས། གོས་མེད་པའི་གཅེར་བུ་ལ་རྒྱན་  
 ཡང་མི་མཛེས་ཤིང་མི་འཆམས་པས་སོ་བེར་ན་ངེ་ལྟར་  
 སྟེ། ལུས་ཞེས་པའི་ཤུགས་ལས་སྟོག་བསྟན་ནོ་སྟམ་ན་  
 རྒྱན་ཅེས་པའི་ཤུགས་ལས་གོས་ཀྱང་ཅེའི་ཕྱིར་མི་སྟོན།  
 གང་ཞིག་ཆོག་གི་སྟོར་བས་མཛེས་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་  
 ལས་གཞིའམ་ཆོས་ཅན་ལ་ལུས་དང་། དེ་མཛེས་བྱེད་ཀྱི་  
 ཆོས་ཆོག་གི་སྟོར་བ་རྣམས་ལ་རྒྱན་ཅེས་པའི་ཐ་སྟད་  
 རྣམ་པར་བཞག་པ་ཡང་། ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་

ཡི། འདྲོན་གྱིས་རྣམ་བཅད་ཚོག་གི་ཕྱིང་། ཁེས་པ་དང་།  
 ལྷན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། ཁོས་རྣམས་རྒྱན་ཁེས་  
 རབ་ཏུ་བཟློད། ཅེས་པའི་གཞུང་ཚོག་གོང་འོག་གཉིས་  
 སྒྲེལ་ནས་དལ་བྱར་བསྐྱགས་ཤིང་གཞིགས་པ་ཁོ་ནས་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་དང་། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་  
 ལུས་སྒྲོན་ལ་བཤད་པ་ནི་རྒྱན་གྱི་རྟོན་ཡིན་པས་  
 སོ། ཁོགས་གསུངས་པས་ཀྱང་གོ་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 གཞན་དུ་སྒྲོབ་དཔོན་དཀྲོལ་དེ་ཡང་རྩེ་མ་པ་ལ་མི་མཁས་  
 པ་ཞིག་སྟེ། ལུས་སྒྲོག་གཉིས་འདྲས་འདྲས་སུ་བཤད་  
 པས་གོ་དཀའ་ཞིང་བྱིར་མ་བདེ་བའི་ཁར་སྒྲོག་ཅེས་  
 པའི་མིང་ཙམ་ཞིག་དགོས་དབང་གི་སྒྲོས་རིགས་ཀྱང་དེ་  
 མེད་པས་རྗེས་འཇུག་མགོ་སྐྱོངས་པར་བྱས་སྐྱང་བའི་  
 ཕྱིར་ནའོ། ཁེས་འཐད་ཅིང་རིགས་པའི་གསུང་གིས་ངེ་  
 ལྷར་བཤད་པ་ཉིད་འདིར་ཆད་མ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་  
 བཟློད་བྱ་སྒྲེ་བཞིས་བསྐྱས་པ་དེ་རྣམས་ལུས་རྒྱན་གཉིས་

གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུ་བར་འདོད་ན་གཉིས་ཀའི་ནང་དུ་ཅི་  
 རིགས་པར་འདུ་སྟེ། གཞུང་ལས། ལྷ་ས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་  
 པ་ཡི། །དོན་གྱི་རྣམས་བཅད་ཅེས་གསུངས་པའི་བརྗོད་  
 པར་འདོད་པའི་དོན་གྱི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 ཡང་། སྒྲོན་བྱུང་གཏམ་ལས་གྱུར་པའམ། རས་འདྲེན་པ་  
 དར་བས་ཀྱང་། །བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིང་། ཞེས་པའི་བར་  
 གྱིས་བསྟན་པ་ལྟར། འདི་རྣམས་གང་ལ་ཡོད་པའི་སྟན་  
 ངག་དེ་མཆོག་དུ་མཛེས་ཤིང་། འདི་རྣམས་ཉིད་མཛེས་  
 བྱེད་གྱི་རྒྱན་དུའང་དོན་གྱིས་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་  
 དག་པ་ན་འདི་རྣམས་འདིར་སྟན་ངག་ཆེན་པོའི་མཆོན་  
 གཞི་ངོས་འཛིན་པ་ལས་འཕྲོས་ནས་ཞར་བྱུང་དུ་བཤད་  
 པ་ཡིན་པས། བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཤིས་  
 བརྗོད་སོགས་དང་གྲོལ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་ལྟར་  
 ལྷ་ས་རྒྱན་གང་རུང་དུའང་བསྐྱུ་མི་དགོས་ཤིང་། ལྷ་ས་  
 རྒྱན་སྒོག་གསུམ་ཞེས་ལོགས་སུའང་བཞག་མི་དགོས་པ་

ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱི་རིག་པ་འང་རང་བཞིན་རྒྱུན་དང་།  
རྣམ་འགྱུར་གསུམ་དུ་བསྐྱུ་མོད། ལེགས་སྤྱོད་གྱི་སྒྲིབ་དུ་  
བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བརྗོད་བྱ་མཐའ་དག་  
དེར་མི་འདུ་ཞིང་བསྐྱུ་མི་དགོས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བསྐྱགས་པའི་གནས་གྲོང་བྱིར་སོགས་བརྩུ་གསུམ་བཤད་  
པ།

དེ་ལྟར་བསྐྱགས་པར་འོས་པའི་ཡུལ་སྤྱོད་བརྗོད་ནས་དེ་  
དག་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཡན་ལག་གི་ཚུལ་དུ་སྟན་  
ངག་མཁན་པོས་སྟན་ངག་གི་བརྗོད་པ་འཇུག་པའི་ཡུལ་  
ནི།

གྲོང་བྱིར་རྒྱ་མཚོ་རི་དང་དུས། །

ཉི་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱགས་པ་དང་། །

སྤྱོད་ཚལ་ཁུ་ཡི་རོལ་ཅིང་དང་། །

ཆང་འཕྱང་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དང་།

བསྐྱུ་བ་དང་ནི་བག་མ་དང་།

གཞོན་ཅུ་སྐྱེ་དང་འཕེལ་བ་དང་།

གྲོས་དང་ཕོ་ཉ་བགྲོད་པ་དང་།

གཡུལ་དང་འདྲེན་པ་དར་བས་ཀྱང་།

བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིང་།

སོགས་ཀྱིས་སྟོན་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་སེལ་འཕྲོ་མེད་གིས་མཐུན་  
རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་མཐོང་བར་གྲགས་པ་ལྟར་  
འདི་ཡང་རྐང་པ་གཉིས་པར་བསྐྱགས་པ་ཞེས་པ་དེ་  
གྲོང་ཁྱེར་སོགས་དང་པོ་ལྔ་ལ་རེ་རེ་བཞེན་སྦྱར་བ་དང་།  
མཐུག་དུ་བརྒྱན་པར་གྱུར་ཅིང་ཞེས་པ་སྐྱེད་ཚལ་སོགས་  
ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་ལ་རེ་རེ་བཞེན་སྦྱར་བ་སེལ་ལྟ་  
སྤངས་ཀྱིས་འཆད་དགོས་པར་གསུངས་པས།



དང་པོ་གྲོང་ཁྱེར་གྱི་བསྐྱུགས་པ་ནི། དཔག་བསམ་འབྲི་  
 ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་དང་པོར། གསེར་གྱི་བ་གམ་གཞལ་  
 ཡས་ཁང་། ཁང་པས་བསྐྱོར་བའི་གྲོང་ཁྱེར་ནི། འོད་  
 ལྡན་ཞེས་བྱ་བསོད་ནམས་ལས། འོད་ལྡན་མཐོ་རིས་ལྷ་  
 བྱ་ཡོད། ལེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལེགས་བྱས་ཀྱིས། རིག་  
 འཛིན་དང་ལྡན་གྲུབ་པ་དང་། སྤྱི་ཟུང་ཆོགས་ཀྱིས་རབ་  
 ཏུ་བསྟེན། བརྒྱ་བྱེན་གྲོང་ཁྱེར་སར་གཤེགས་འདྲ། ཆོས་  
 ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྲང་བཞིན། བསོད་ནམས་ཁང་པ་  
 བསྐྱུགས་འོས་ཤིང་། བདེན་དང་བརྒྱལ་ཞུགས་སྦྱོར་པ་  
 དང་། བརྒྱ་བའི་རང་བཞིན་གྱིས་རྟག་བརྟན། ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྷ་བྱ།

རྒྱ་མཚོའི་བསྐྱུགས་པ་ནི། ལེགས་པར་ཕ་རོལ་ཏུ་བྱེན་  
 པའི་རབས་ལས། དེ་ནས་ཨིརྱ་རྩིལ་གྱི་མདོག་ལྷར་  
 སྤོ། ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་གནམ་སྒྲོན་བཟུ་བ་བཞིན། ཁོ་ར་

ཁོར་ཡུག་མཚོ་འགམ་ལྟར་མི་མངོན། གཏིང་དཔག་  
 དགའ་བའི་མཚོ་འཛིངས་ནང་དུ་ཞུགས། ཁེས་པ་དང་།  
 ལྷ་ཀུན་དུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས། ལེ་ཤིའི་ཡལ་  
 འདབ་དག་ནི་ཟོས་གྱུར་པའི། ལག་ལྡན་ཆུ་སེན་སྒྲེགས་  
 པའི་དྲི་བཟང་གི་ཆུ་དང་ལྡན་པ་རྒྱ་མཚོའི་དབའ་  
 རྒྱབས་འདི། རིན་ཆེན་འོད་ཟེར་དག་གིས་སྒྲུས་ཏེ་  
 མཛེས། ཁེས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་ངོ་། །

རི་བོའི་བསྐྱགས་པ་ནི། རྒྱ་ཤུག་གི་སྒྲིང་དུ་བགྱོད་པའི་  
 ཡལ་འདབ་ལས། རྩེ་མོ་ཤིན་དུ་མཐོ་བ་ཡི། ཤེལ་གྱི་ས་  
 འཛིན་མདུན་དུ་མཐོང་། བྱ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་བགྱོད་  
 དགའ་བ། འཇམ་པའི་བྲག་ནི་གཅིག་ཕུ་དེར། ཁེས་  
 དང་། ལྷ་ཀུན་དུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས། ལྟོན་གྱི་  
 དུས་གྱི་ཆུ་འཛིན་ནི། དགར་བའི་སྒྲིབ་བྱེད་གྱིས་སྒྲིབ་

པ། །མ་ཡ་ལ་ཡི་རྩེ་མོ་འདི། །གངས་ཅན་རི་རྩེ་འདི་དཔལ་  
དག་འཛིན། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ།

དུས་ཀྱི་བསྐྱགས་པ་ནི། དགུན་ལ་སོགས་པ་དུག་སྟེ་  
འཕགས་སྐྱེས་པོའི་ཡལ་འདབ་ལས། དེ་ནས་ཡིད་སྐྱབས་  
ལོངས་སྤྱད་གྲོགས། །སྤང་རྩེ་འཕྱང་བ་རྣམས་ཀྱི་  
གཉེན། །སྐལ་བཟང་འབྲི་ཤིང་འབྱུང་བྱེད་པ། །ལེགས་  
ལྷན་དཔྱིད་ནི་མཐོང་བར་གྱུར། །མཛེས་མའི་ང་རྒྱལ་  
གཉིས་འཕྱང་དག། །དཔྱིད་ནི་རལ་པ་ལྷན་པ་དག། །སྐལ་  
བར་བྱེད་པའི་སྟེ་བཞིན་དུ། །མྱ་ངན་མེད་པའི་དོག་པ་  
མཛེས། །གཞོན་ནུའི་འགྲམ་པ་མཛེས་པ་ཡི། །ཀུན་པོ་  
ཅས་ཀ་ཡི་ཚོགས། །མིག་བཟང་མ་ཡི་སྐྱ་ཞགས་  
ལ། །བཅིངས་པར་འོས་པ་ཉིད་དུ་གྱུར། །ཅེས་དང་། །ཀུ་  
ན་ལའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། དེ་ནས་བྱང་བའི་ཚོགས་ནི་སྐྱ་  
ལེན་ཅིང་། །ཀློ་བྱ་ཀ་དཔལ་ལེ་བྲིའི་རྒྱས་པ་འདྲ། །ཁིངས་

ལྷན་མ་ཡི་ཁེངས་པ་འཛམས་ཆས་པ། རྟོན་གྱི་ངེས་ཚུལ་  
 སྒང་པོ་དཔྱིད་འོང་གྱུར། རྟེན་ཆལ་འཁྱིལ་ཤིང་གསར་  
 པའི་ཡལ་འདབ་དང་། འབྲལ་བའི་གདུང་བ་རྒྱད་པའི་  
 ཆ་ཤས་དག། གསར་དུ་ཆགས་པས་རབ་བསྐྱེད་བཟོད་  
 དཀའ་ཉིད། འབྲལ་ལ་ལྷན་ཅིག་ཉིད་དུ་བྱས་པར་  
 གྱུར། ཅེས་ཀ་འདབ་རྒྱང་གིས་སྦྱོད་པ་ཡི། རྟེན་ཆལ་ཡིག་  
 གིས་ནི་བྱམས་པ་སྐྱེད་བྱེད་ཅིང་། འདོད་དང་ལྷན་ཅིག་  
 དཔྱིད་གྱི་དངོས་པོ་ཡིས། མཛོན་འབྱོར་རྒྱས་བྱེད་  
 བརྟན་འཛམས་སྦྱགས་སུ་གྲགས། མེ་ཏོག་རབ་རྒྱས་དེ་  
 དང་དེ་དག་ལས། དཔྱིད་གྱི་གཉེན་ལ་མཆོག་དུ་ཕན་པ་  
 ནི། གྲགས་པའི་རྣམ་པ་བྱང་བས་སྦྱོར་གྲགས་པ། ལྷ་ཉ་ཀླ་  
 ར་ཉིད་གྱིས་བྱས་པར་གྱུར། ཅེས་དང་། བདག་གི་སྦྱོར་མ་  
 ཀྱན་མཁྱེན་བརྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཆེན་པོས། ཀློ་ཤུ་ཀ་ཡི་  
 རྟོན་ཤིང་ལ། ལྷ་བྱུག་པོ་མ་སྦྱོར་འབྱེན་པའི། གེ་སར་རྒྱས་  
 ལྷན་དཔྱིད་གྱི་དཔལ། རྟོན་མཆོར་དུས་གྱི་དང་པོ་ལ། ཅི་

ཡང་དགའ་བར་བྱེད་པ་ཡི། །ཁྱུ་ཁྱུར་ཅན་གྱི་ཕྱོད་བྲེས་  
 ཤིང་། །ཇི་ཞིག་ལྟར་ན་ཆར་རྒྱན་གྱིས། །ཉོན་མོངས་ལྟ་  
 བུའི་གདུང་བ་བཅིལ། །ཏི་རུའི་ཚྲགས་ཀྱང་དགའ་བྱེད་  
 ན། །ཐུ་བོ་མཁས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས། །དེ་འདྲའི་ཡ་མཚན་  
 མཐོང་བའི་དུས། །འོངས་པའི་བཞིན་རས་འཕྱར་མི་  
 འཚལ། །པིསྟ་ལ་སོགས་རྣམ་པར་རྒྱས། །ཕུ་ཁྱུ་ལྷུང་ལྷུང་  
 ལྟན་སྟོགས་ཤིང་། །བེ་ཏ་ས་རྣམས་རལ་པ་  
 གསེགས། །མོག་པོར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་རྣམས་དྲངས། །ཅིར་  
 ཅིར་འབོད་པ་བྱང་བའི་སྒྲུས། །ཁྱུ་རོལ་མཐོང་བ་དགའ་  
 སྟེང་པ། །ཇི་ཏའི་ཚལ་མཚུངས་མཛེས་པ་འདི། །མོ་ཇི་  
 ཏུས་ཀྱང་སྟོ་རྒྱས་མིན། །ཞི་བ་རྣམས་ཀྱང་ཡིད་སྒྲུབས་  
 གྱི། །བྱར་མིག་ལྷུང་བས་མོངས་བྱེད་ན། །འེ་ཞེས་བོས་  
 རས་གྲོགས་མོ་ལ། །ཡོ་ཇ་ན་སེམས་སྟོས་ཅི་དགོས། །རི་  
 དྲགས་ལྟ་བུར་བག་ཡངས་སྟ། །ཕུ་གྱ་རྒྱུད་གྱི་འཆིང་བ་  
 བཏང་། །ཤེས་པས་འདོད་པ་བདེར་སྒྱུད་ན། །སོས་ཀ་

འདིས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སྟེར། །ཉེ་ཉེའི་གད་མོ་འབྱེན་  
 བཞིན་དུ། །ཚོ་ཤེའི་བདུད་ཅི་འབྱུང་བའི་དུས། །ཉེ་ཅུ་ཀ་  
 གནས་དཔལ་སྤྱངས་སུ། །ཚོ་རྒྱན་མཁན་པོའི་འབངས་  
 དེས་བྲིས། །ཞེས་ཡིག་མཁན་འགའ་ཞིག་ལ་ཡི་གེའི་  
 དཔེར་སྟེལ་བ་ལྟ་བུའང་དབྱིད་དུས་ཀྱི་བསྐྱགས་པ་ཤས་  
 ཆེ་བ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་དབྱར་ཀྱི་བསྐྱགས་པ་སྤྱིན་  
 ཀྱི་པོ་ཉེའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ་བྱུང་བ་ལྟ་བུ་སོགས་དཔག་  
 བསམ་འབྲི་ཤིང་དུ་ཡང་ཡང་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །

ཉེ་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱགས་པ་ནི། སྤྱིན་གྱི་གཞོན་པའི་  
 ཡལ་འདབ་དུ། །དེ་ནས་སྐྱུ་རིངས་གོས་དང་ལྡན། །བྲེལ་  
 བས་ཟླ་བའི་མེ་ལོང་ཟག །དགའ་སྟོན་ཉེ་བ་ལ་ཆས་  
 བཞིན། །སྤང་བ་ལྡན་པ་ཐོ་རངས་མངོས། །པརྒྱ་ཅན་གྱི་  
 དགའ་བ་ཤར། །མཚན་མོའི་ཐུན་པ་ཞི་བ་ན། །འབྱུང་པོ་  
 ཐམས་ཅད་བདེ་བའི་སྤང། །མིག་གི་དགའ་སྟོན་དག་དུ་

གྱུར། དེ་ནས་པར་ལྷན་པ་ཡི། ཉིན་བྱེད་ཟེར་འཛིན་ལ་  
 ལྷགས་ཆོ། བྱང་བའི་ན་ཆུང་འགྲོགས་པ་ཡི། བཀྲ་ཤིས་  
 ལྷ་གར་དག་ཏུ་བསྐྱུན། ཁེས་དང་། དེ་ནས་བདེ་སྐྱེས་  
 མཛེས་པ་ཡི། རྩེ་དགའ་གནས་པ་ཤར་གྱི་ཕྱོགས། ལྷ་  
 འཆར་སྤང་བ་ཉེ་བ་ནི། རྩེ་དག་གི་ཆལ་བཞིན་  
 མཛེས། དེ་ནས་བདུད་རྩི་བསྐྱེད་པ་ནི། ལོངས་སྤྱོད་  
 ཅན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་གྱི། ལྷ་ལ་བཟང་རྩེ་དགའ་བྱུང་པར་  
 ཅན། ལྷ་བསངས་གདོང་གི་བྱུང་ཅན་ཤར། ཁེས་དང་།  
 དེ་ནས་ཤར་གྱི་རི་རྩེར་རི་བོང་ཅན། འོད་ཟེར་ཕྱེད་བ་  
 ཤེལ་གྱི་དུ་བས་བསྐྱེས། བ་གམ་རྩེར་འཛིན་དགའ་  
 ལྷན་ཆེན་པོ་ལས། བྱུང་བའི་བྱ་མོ་གར་ལ་ལྷ་བ་  
 བཞིན། ལྷ་སྐར་འབྱུང་དང་འབྱས་ཡོས་མེ་ཏྲ་  
 གཏོར། མཆན་མོ་ལྷ་བས་བག་མ་སྤངས་པ་དེར། ལྷ་  
 རྩེ་བརྒྱལ་ལྷགས་སྤང་རྩེས་ཕྱོགས་པ་ཅན། ལྷ་ལྷ་  
 འབྱུང་གནས་ཅི་ཡང་རབ་དགར་གྱུར། རྩེས་དང་། གྱོ་



ཞུན་སྐྱེས་གྱི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པར། སྤྱིང་པའི་མིག་ནི་ཉི་  
མ་དག། འབྱུང་པོ་ཀུན་གྱི་བདེ་སྤྱུག་གི། དཔང་པོ་གཅིག་  
ཕུ་ཤར་བའི་ཆོ། ཁེས་དང་། ཤེན་ཏུ་དགའ་བའི་ཡལ་  
འདབ་ཏུ། དེ་ནས་རབ་གསལ་འབྱུར་པ་ཡིས། རྩོགས་  
ཀུན་ཡོངས་རྗོགས་གྱེན་དུ་རྩོགས། དྲི་མེད་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་བཞིན། བདུད་ཚིའི་འོད་གཏེར་ཤར་བར་  
གྱུར། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སྐྱེས་མའི་ཚལ་གྱི་རོལ་པས་བརྒྱན་པ་ནི། སྤྱིན་གྱི་བཞོན་  
པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། བྱང་བའི་ན་ཆུང་རྣམ་འཕྲུལ་  
ཡོངས་སྤྱོད་ལྡན། སྤྱང་ཚེས་ལྷོས་ཤིང་རྣམ་པར་  
འབྱམས་དུས་དེར། ཁེ་རྟོག་རབ་རྒྱས་འབྲི་ཤིང་ཚལ་གྱི་  
གཞིར། དིག་འཇོན་རྒྱལ་པོའི་སྤྱས་ནི་རྣམ་པར་  
རྒྱ། ཁེས་དང་། བོ་དོང་རྩོགས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་གྱིས། དེན་  
ཆེན་སྤྱོད་མས་ཚལ་གྱི་མཆོ་འབྲམ་གང་། དྲི་མེད་ནོར་

བུའི་ཚྭ་ཤིང་ཕྱིང་བ་ཅན། ཤེལ་གྱི་ལྷག་ཕྱན་འཁྲི་ཤིང་  
གཞོན་རྒྱུ་འབྱུང། ཤན་ཚུན་ཡལ་ག་ལག་པས་འཐེན་  
པ་འདྲ། ཤགས་གྱི་མེ་ཏྲིག་རྣམས་ནི་མགོ་ལྷག་  
ལྷེམ། ཤག་ཡུ་ཡི་བུང་བ་སྐྱ་ལེན་འཕུར་ཞིང་ལྷིང་། ཤང་  
པའི་རྒྱལ་པོ་མཐའ་ཡས་རྩ་རྩ་བརྟུངས། ཤའད་དགར་  
མགྱིན་རིང་རྣམས་ནི་སེལ་སྟན་སྟོག་ ཤྱོས་པའི་ཁུ་བྱུག་  
ཟབ་མའི་སྤིང་བུ་བསྐྱར། ཤགས་གྱི་བྱེ་བྱ་སྟོ་ཚྭ་གས་པེ་  
ལང་སྟོག་ ཤུ་བུ་མཐའ་ཡས་དགའ་ཞིང་རྣམ་པར་  
འཕྱོ། ཤུ་ལྷག་རི་དྲགས་རྣམས་ནི་རྒྱག་ཅིང་  
མཚོངས། ཤྲེགས་པའི་སྤང་ཆེན་ཤྱོགས་རྣམས་ཀུན་ནས་  
འགྲོང་། ཤྱ་བྱུག་གཞོན་རྒྱུ་འཁྲི་ཚྭ་གས་རྣམས་སྐྱ་རྩལ་  
ཅེ། ཤི་དྲགས་མིག་ཅན་ཅིང་འཛོ་སྐྱ་གར་བྱེད། ཤང་  
སྤིང་འཛིགས་མེད་དུ་མ་བསམ་གཏན་མཛད། ཤྲ་རི་  
ཅ་རྣམ་ཚྭ་པའི་བསེལ་གྱིབ་དང་། ཤི་ཤིའི་མེ་ཏྲིག་གུར་  
གྱི་ལྷིང་ཁང་ཅན། ཤིན་ཆེན་ནེའུ་གསིང་མཐིང་གའི་

དབུས་མཐོ་བ། ཁྲི་བ་ཞོར་བུའི་རྩོམ་ཕྱོགས་བཅུར་  
 དགམ། །པར་དཀར་པོའི་ཕྱིང་བ་འབྲིགས་པའི་  
 གཞི། །ཞེས་པ་དང་། ལྷ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་རྣམས་གར་  
 ལས། །འབྲི་ཤིང་ཁང་བཟང་ས་གཞི་ལྷ་ཡི་བཙུན་པས་ལྷ་  
 ཙམ་འགོད་བྱེད་ཅིང་། །མེ་ཏྲག་རྩལ་གྱིས་གསལ་བར་  
 དགའ་རྩོན་རྟགས་དག་གིས་ནི་རེག་གུར་ཏེ། །ལྷན་ཅིག་  
 སྦྱོང་པ་དང་འགྲོགས་སྤང་ཅིའི་རོ་ནི་རྣམས་པར་འཁྱུང་  
 བྱེད་པའི། །བྱང་བ་འདི་དག་ཀུན་ནས་ཆང་འཁྱུང་  
 ལངས་སྦྱོང་ཉམས་སྦྱང་བྱེད་པ་བཞིན། །ཞེས་པ་རྟ་  
 བུའོ། །

ཆུའི་རོལ་ཅིང་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི། ཞོར་བཟང་གི་ཡལ་  
 འདབ་ལས། དེ་དག་དབུས་སུ་ཡིད་འཕྲོག་མ། །བྱས་བྱས་  
 ལངས་པ་མཐོང་གུར་ཏེ། །དྲན་པའི་མིག་གསུམ་མེ་དག་  
 བེ། །ཞི་བྱེད་ཆུ་ཡི་ལྷ་མོ་བཞིན། །བྱས་མེད་རྣམས་འཕྱུལ་

རྩོམ་པ་ཡི། །དབའ་རྒྱབས་ཚྭ་གས་ལྷན་ལང་ཚོར་  
 རི། །གཞོན་རྒྱ་མ་ཉིད་བྱེད་པ་ཡི། །རྟེན་པ་དག་ནི་བྱེད་  
 པ་བཞིན། །ཡིད་འོང་ལྷ་ཡི་གོས་བགོས་ཤིང་། །སྐྱར་གས་  
 དག་ནི་ལེགས་པར་བཅིངས། །ཁུ་རྩེད་རོལ་པས་དབྱ་བ་  
 ཡི། །བྲེང་བ་རབ་གསལ་ཆགས་པ་བཞིན། །ཞེས་དང་།  
 འཇིག་རྟེན་ཀྱན་རུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་ལས། །ལྷག་མ་  
 ཉལ་བ་བཞིན་རུ་ཁུ་སྒྲུང་རྣམ་སྤང་ལྷ་ལམ་མཐོང་བའི་  
 སྤང་པོ་ལས། །ཕྱོགས་ཀྱི་སྤང་ཆེན་རྣམས་ནི་རྩེ་ཞིང་སྒྲ་  
 ཡིས་ཁུ་འཕྱོར་ཐེགས་པའི་བེར་མ་རྣམས། །ཡང་དག་  
 ཚོམ་པ་སྐྱེ་འགྱུར་ཁུ་ཐེགས་པའི་བེར་མ་རྣམས་མཛེས་  
 པ་ལྟར། །དྲང་སྤྱང་བདུན་པོ་རྣམས་ནི་གསེར་གྱི་པར་  
 འཇིན་ཅིང་བྱས་ལ་རབ་རུ་འཇུག། ཅིས་འབྱུང་བ་ལྷ་  
 བུའོ། །

ཆང་འཕྱང་གིས་བརྒྱན་པ་ནི། ལྷ་ཀུན་དུ་དགའ་བའི་  
 རྣམས་གར་དུ། །ཏ་རི་ཅ་རྒྱད་གྱིས་བྱགས་ལྷས་ཅན་སྟ་ཡི་  
 མེ་ཏོག་ཕྱེང་བ་རབ་དུ་མཛེས། །འོར་བུའི་རྒྱན་གྱི་འོད་  
 དག་རིག་པས་དྲངས་ཤིང་བཀྲ་བར་བྱས་པའི་གོས་དང་  
 ལྷན། །བྱུང་བའི་སྦྱེ་བོ་དག་དང་སྟན་ཅིག་སྦྱེལ་བར་གྱུར་  
 པའི་རིག་འཛིན་འདི་དག་རྣམས། །ཅ་རྒྱན་གྱི་བ་བསེལ་  
 དག་ལ་དགའ་མའི་འཕྱང་སྟག་དུ་གྱུར་ཆང་དག་འཕྱང་  
 བར་བྱེད། །ཅེས་དང་། གཞན་ཡང་། །འདི་ན་བག་མའི་  
 དགའ་སྟོན་ལ། །ཆོག་པས་པའི་སྦྱེ་བོ་བརྒྱ་ཕྱག་ཅམ། །ཚྱོས་  
 བྱེད་མང་དུ་འབྱེལ་བའི་མཆོར། །རྣམ་པར་རོལ་བས་རྩེ་  
 བར་བྱེད། །མང་དུ་འཕྱང་པས་མ་ངོམས་པར། །རྩིང་དུ་  
 བྱས་ལ་འཇུག་པ་བཞིན། །མགོ་སྦྱེས་ལན་བུའི་སྟེ་མ་  
 ཅན། །ཏ་སྦྱེབས་བཞིན་དུ་འཕྱོ་བར་བྱེད། །ཕལ་ཆར་  
 ཚྱོས་པའི་གོམ་ཚྱགས་ནི། །རང་གི་ཡིད་སྟར་འབྱུགས་ལ་  
 བརྟན། །འགའ་ཞིག་སྦྱོན་པའི་སྦྱ་ཐབས་སྟར། །ཕན་ཚུན་

འཐབ་ལ་མངོན་སྦྱོར་བྱེད་ཅེས་དང་། སྦྱོར་རབས་ཀྱི་  
བུམ་པའི་རབས་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

འབྲིག་པ་ལ་སྦྱོད་པའི་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་གྱིས་  
བརྒྱན་པ་ནི། ཀྱ་ན་ལའི་རྟོགས་བརྗོད་དུ། ཡུལ་འདི་སྦྱེ་  
བོས་སྤངས་ཞིང་ལེགས་པར་སྦྱིབ། །དབེན་པ་འབྱེད་པ་  
སྤྱ་ཡང་མེད་པ་འདིར། །རང་འདོད་དུ་འཇུག་མཛེའ་  
བས་དུད་པ་ཡི། །བྱ་སྦྱང་དར་མ་སྐལ་ལྡན་ཉིད་ལ་  
འབྱུང། །བྱ་སྦྱང་དགའ་གུས་ཡོངས་སུ་ཆོམ་རྣམས་  
ཀྱི། །བཞིན་གྱི་པར་འབྲུམ་པའི་འདབ་དམན་  
ཅིང་། །མཆུ་རྣམས་ལན་བུ་འབྲུགས་ཤིང་རྩལ་གྱི་  
ནི། །ཐིགས་པས་བརྒྱན་ཆགས་སྐལ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་  
མཐོང་། །བྱ་སྦྱང་ཆེད་དུ་ཁུ་སྟོན་ཁྲོས་པའི་  
ཆོགས། །འཇིགས་རུང་ཁུ་སྟོན་འབྱུང་གནས་འཇིགས་  
རུང་འགའ། །རལ་གྱི་འབྲི་ཤིང་གཡོ་བའི་སྦྱེ་ལྡན་

ཕ། །གཡུལ་ངོར་དུས་ཀྱི་ཞར་ནི་གཞན་དག་འཇུག་ཡུན་  
 རིང་ཉོན་མོངས་བྱང་པར་ཆེར་གདུང་བས། །ཞོར་  
 རྣམས་ལ་ནི་སྐྱེས་བུ་སྐྱེད་དུ་འབད། །ཞོར་འདི་ཡོངས་  
 འཛིན་ཆོས་ཀྱི་དོན་ཉིད་དེ། །ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་མཆོག་ནི་  
 འདོད་པར་བཟོད། །ཅེས་དང་། །ཞོར་བཟང་གི་ཡལ་  
 འདབ་ལས། མཚུ་ཡི་སྤང་རྩེར་ཆགས་ལུན་པ། །སྤང་རྩེ་  
 འཐུང་པས་བཞིན་དུ་དེས། །རེག་པར་བཞིན་གྱི་ཚུ་སྐྱེས་  
 བོ། །དུད་ཅིང་པརྫོ་ཅན་དེར་འདར། །སྤྲོ་བ་བཅད་ཀྱང་  
 སྤྲོད་པར་འཆད། །གཡོ་བ་མེད་ཀྱང་ཡང་ཡང་  
 འདར། །སྐྱེངས་པར་གྱུར་ཀྱང་དཔལ་མདངས་  
 གསལ། །དེ་ཡིས་དགའ་བ་དེ་ཡིས་སྐྱབ། །དལ་གྱིས་མཚུ་  
 ཡི་རོ་སྤྱང་ཞིང་། །སོ་ཡིས་འཛིབ་པ་བྱེན་ནས་ནི། །ཚུ་  
 སྐྱེས་རྒྱས་པའི་མེག་ཅན་དེའི། །སྤྲོ་བཅད་རྒྱ་ནི་དེ་ཡིས་  
 སྤལ། །གོས་མདུད་འགྲོལ་དང་དགག་པ་ལ། །སྤྱོ་ཤུག་  
 ལག་པའི་པརྫོ་དག །རབ་དུ་འདར་ལུན་གདུ་བའི་



སྒྲ། །ཚིང་པ་བྱེད་པར་གྱུར་པ་བཞིན། །ཚེ་དགའ་འཇུམ་  
 གྱི་མེ་ཏོག་རྒྱས། །མཛེས་པའི་རྒྱ་མའི་འབྲས་བུ་  
 མཚན། །ཆགས་བཅས་ཡལ་འདབ་ལྗན་པ་དེའི། །ལོངས་  
 སྦྱང་རྒྱང་འཐུང་སྦྱང་བྱར་གྱུར། །ཅིས་དང་། །ཨ་མ་སྦྱང་  
 བའི་ཡལ་འདབ་ལས། །ཞེས་སོགས་གཏམ་གྱི་སྦྱར་བ་  
 ཡི། །རབ་དགའ་ཡོངས་རྫོགས་དེ་དག་གིས། །གང་གང་  
 འདོད་ཆགས་གྱིས་བརྟེན་པ། །དེ་དེ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་  
 གྱུར། །དང་། །གཞན་ཡང་རབ་བརྟགས་གྱི་རྟོགས་བརྗོད་  
 རྒྱ་བའི་རྒྱན་དུ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་བརྒྱ་དཀར་པོས།  
 དེ་ཡི་སྤྱི་ལྷ་རྒྱལ་པོ་བཙུན་མོ་དང་། །སྦྱོར་པོ་དམག་སྟེར་  
 བཅས་འོངས་བཙུན་མོའི་མིག་། །བརྗོད་པའི་དྲང་སྤང་ཆེ་  
 དེའི་ཕྱོགས་སུ་སྦྱང་། །སྦྱོ་བོས་འཛིགས་ནས་གཡོ་མེད་མ་  
 རྒྱས་པར། །གཞན་ལྟའི་ཟོལ་གྱིས་ཡང་ཡང་དེ་ཉིད་  
 བཅོས། །ཐུབ་པ་དེ་ཡང་གཏམ་གྱི་སེང་བཅོལ་  
 རས། །དགའ་མའི་བཞིན་རས་བསམ་གཏན་སྒྲིམ་པའི་

མཐར། །ལས་ཀྱི་སྐྱད་པས་ཕན་ཚུན་ཆོས་པ་སྐྱབ། །དེ་  
གཉིས་སེམས་པའི་དྲར་པའི་ཤུགས། །སྐྱེ་བར་འགྲོགས་  
པའི་སྤྲོད་པ་ནི། །ཡིད་གཙུགས་ཆུ་སྐྱུང་དུ་ཞུགས་  
ཀྱང་། །མཛེས་བའི་ཀྱ་ཙེ་འབྲེན་མ་རུས། །དེ་ཆེ་ཉིན་  
བཞིན་བྱར་མིག་གི་ །རྒྱ་ལ་ཕན་ཚུན་འབྲམས་མཐོང་  
ནས། །འགྲོལ་འདོད་གཏམ་གྱི་ཆུ་སྐྱར་གྱིས། །དེ་དག་  
བར་དུ་འགྲོ་འོང་བྱས། །འགྲོགས་པའི་སྐབས་འཕོང་དེ་  
དག་ལ། །སྐྱད་ཅིག་རེ་རེའང་འདི་མཚུངས་ཞེས། །བྱང་  
དུ་བགྲོད་པའི་གོ་ལ་ཡིས། །ཤིན་ཏུ་རིང་བའི་ཉིན་མོ་  
སྐྱུལ། །དེ་ཆེ་འབྲི་ཤིང་ན་ཆུང་གི་ །ཁ་ལ་ཆུ་སྐྱེས་གཞོན་  
རུའི་འོ། །བྱས་འདི་ཡིད་སྐབས་བསྐྱབ་པ་དེར། །སློབ་  
མའི་སོ་ཉ་དང་ཕོར་འོངས། །ན་ཆུང་གཟུགས་གསར་  
འདི་ནམས་ལ། །འདོད་པའི་གདུང་བ་འདི་འདྲ་  
ཞེས། །དཔྱིད་ཀྱི་ཉིན་མོས་སྤྲིན་བྲལ་གནས། །མཛེས་བོར་  
སྤྲོན་པའི་ཆོ་ག་བྱེད། །གནས་ཀའི་མདངས་འཛིན་མཆོ་

སྒྲོན་ལ། །གསེར་གྱི་རྩར་པས་རོལ་པའི་ཤིང་། །མཛེའ་  
 ཅན་མ་རྣམས་དྲན་སྦྲང་བའི། །དེ་ལ་བྱེད་པོས་བཀོད་པ་  
 བཞིན། །དེ་ཆེ་གྲོང་གི་གཞོན་ལུ་རྣམས། །པན་ཚུན་ཅེ་  
 འཛེ་ཉམས་དགའི་ཆོགས། །ཆར་སྒྲིན་འབྲུག་སྒྲ་ཅན་  
 མཐོང་བའི། །མ་བྱའི་གར་གྱི་སྒྲེམས་འཕྲོག་འདུས། །དེ་  
 རས་སྐབས་ཞིག་དཀའ་བྱུང་པས། །མྱོངས་བྱེད་སྒྲགས་  
 གྱིས་སྒྱེ་བོ་རྣམས། །ཐུན་པའི་ནང་དུ་བསྐྱལ་བའི་  
 མཐར། །དགྲུག་པའི་རིག་པ་དེ་ལ་སྒྱུར། །བར་ཆད་མེད་  
 པའི་ཁང་བྱ་དེར། །འཕྲོགས་པ་ཐོབ་པ་དེ་གཉིས་  
 གྱིས། །བསམ་གཏན་པ་ཡི་དགའ་བ་ཀུན། །ཡུད་གྱིས་  
 སོར་མོའི་ཅེ་ལ་སྒྲངས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བསྐྱུ་བའམ་མ་ཆོགས་པར་བརྒྱན་པ་ནི། རྒྱེས་པ་དང་  
 བྱད་མེད་དུས་བཏབ་ནས་མི་ཕྱད་པ་བརྗོད་པ་སྟེ། ཡོན་  
 ཏན་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱད་པར། །དཔེར་ན་འདོད་ཆགས་ཆོས་

ལ་སྒྱུད་པའི་སྒྲིམ་བུ་ཞིག །བྱད་མེད་དུས་བཏབ་དེ་དང་  
 མ་ཕྱད་དེ་ཡི་ནི། །ཉིན་གཅིག་སེམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་དཔྱད་  
 པ་ཇི་སྟེད་པ། །དེ་སྟེད་བསྐྱལ་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །ཞེས་དཔེ་ཙམ་དུ་བསྟན་ནས་  
 བཀའ་སྒྲུལ་པ་སྟ་བུ་དང་། རྟོག་བཟང་གི་ཡལ་འདབ་  
 ལས། ཡིད་འཕྲོག་མ་ནི་གང་དུ་སོང་། །སྟོན་ལེགས་ཆོག་  
 གི་ལན་དག་བྱེན། །བག་མེད་སྒྲུན་པོ་བདག་གིས་ནི། །རི་  
 དྲགས་མིག་ཅན་ཁྱོད་མ་བསྐྱུང་། །ཁྱོད་དང་འཕྲོགས་  
 པས་སྐལ་བཟང་ལྡན། །སྟ་ཡི་མདུན་སར་བསྐྱགས་པར་  
 འོས། །ཁྱོད་དང་བྲལ་བས་མི་ཡི་ནི། །འཇིག་རྟེན་བདག་  
 བཞིན་ཅི་ཞིག་མཇོས། །ཞེས་པ་སྟེ་ཞིང་དལ་བུ་  
 ཡིས། །མཇོས་མའི་ལོངས་སྒྱུད་དབང་གྱུར་པ། །སྟེད་མོས་  
 ཆལ་དུ་དགའ་མ་མཆོག་། ཆོལ་དུ་རང་ཉིད་སོང་བར་  
 གྱུར། །འཁོར་གྱི་སྟེ་བོ་བྱེད་བྱས་ཏེ། །མཚན་མོ་དག་ནི་མ་  
 ཆོར་བར། །ནགས་མཐར་སོང་ནས་མཉམ་པ་དང་། །མི་

མཉམ་རྒྱལ་སྤྱི་རྒྱལ་པར་འབྱམས། འདོད་ཆགས་དྲག་  
 པོའི་ཤ་བ་ནི། ཆེན་པོ་རྒྱལ་པར་སྤངས་པ་དེས། སྦྱོན་པ་  
 བཞིན་དུ་སེམས་ལྡན་དང་། སེམས་མེད་ལ་ཡང་རྒྱལ་  
 པར་དྲིས། ཞེས་པ་དང་། ལྷ་ཀུན་དུ་དགའ་བའི་སྒྲིམ་  
 གར་ལས། ཅན་ལྷོ་ཤིང་དག་གི་ཁང་པ་ནི། ལྷ་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་དོ་དང་ལྡན་མེད་ཀྱང་། ལྷ་བཞིན་མ་བྲལ་  
 འདི་ལ་བདག་མི་དགའ། ལྷ་འོད་དང་བྲལ་མཚན་མའི་  
 སྒྲིམ་བཞིན་ནོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

བག་མ་གཏོང་ལེན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ནི། སྦྱོན་གྱི་བཞིན་  
 པའི་ཡལ་འདབ་ལས། དེ་ནི་གྲུབ་པའི་བདག་པོ་  
 ནི། སྤྱན་ཚྭ་མང་བའི་བྱིས་དག་དུ། སྤྱ་མོ་བག་མའི་  
 དགའ་སྦྱོན་དག་ཚུམ་པའི་ཆས་ནི་རབ་དུ་བསྟར། ཅི་  
 རྟེན་གྲུབ་པའི་ན་ཆུང་གི་སྤྱ་ཡི་གོས་དང་རྒྱན་རྒྱལ་  
 གྱིས། སྤྱ་མོ་བརྒྱན་པ་མཐོང་གྱུར་ནས། སྤྱ་མོ་རྒྱལ་

གྲིས་པན་ཚུན་སྤྲུལ། ཁྲོ་ཉི་རུ་མ་རབ་མཛེས་པ། ཁྲོ་ཤལ་  
 ལུར་གྲིས་རབ་དུ་སྤྲིབ། མཛེས་སྤྲུག་བྲིས་པར་བྱས་པ་  
 ཡི། ཤིན་དུ་མང་བའི་རྒྱན་གྲིས་ཅི། ཤྲོགས་མོ་ལྷས་སྤྲ་རུ་  
 མའི་ངོས་ལ་རིན་ཆེན་སྤང་བས་ལུར་གྲིས་ཅི་ཞིག་  
 བགྱི། ཁྲོད་གྱི་བྱ་བར་བརྒྱན་ལ་མཁས་ཏེ་མིག་བཟང་  
 བདག་ལ་མིག་སྤྲན་འདིས་ཀྱང་ཅི། བཞིན་རས་སྒྲ་བའི་  
 དགྱེལ་འཁོར་བདག་ལ་ཁྲོད་གྲིས་འབད་ནས་དགའ་  
 བར་སྐྱབ་པའི་མཚོན། སྤྲ་ཅི་དག་གི་དོག་པ་རྣམས་ནི་  
 དྲི་མ་ཆགས་པར་བྱེད་པ་འདི་ལ་སྤྲོས། ཁྲོ་ལྷར་ཀུན་  
 ཏྲོག་བརྗོད་པ་ཡིས། ཤྲོགས་མོའི་རྒྱན་གྱི་རྣམ་འཕྲུལ་  
 རི། བྱ་གྲིས་སྤྲད་དུ་བཏགས་གྱུར་པར། ཤིན་དུ་ཚུང་  
 བ་དག་ཀྱང་མཛེས། ཞིས་དང་། དེ་ནས་བག་མའི་  
 དགའ་སྤྲོན་ཆེན་པོ་ལ། ཆོ་ག་བཞིན་ཞུགས་གྲུབ་བདག་  
 སུ་མོ་ཡི། ལག་བཟུང་རིག་པ་གསར་པའི་བདུད་ཅི་  
 ཡིས། རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོ་སུ་ནི་དགའ་བར་གྱུར། ཁྲོད་

རྒྱལ་དེ་དག་ལྷན་ནི་བག་གནས་ཆོ། རྒྱལ་ཆེ་འོས་  
 རིན་ཆེན་ལ་འཕྲོས་མཛེས། མཛེས་བས་སྒྲིང་ནས་གོ་  
 སྐབས་ཐོབ་གྱུར་ནས། ལམ་ཆུན་རབ་ཏུ་དྲངས་པས་  
 ལྷགས་པ་བཞིན། བག་མའི་ཆོ་ག་རབ་ཏུ་སྐྱར་བྱེད་  
 པ། མཆོད་ཡོན་བསྟན་པ་དེ་དག་རྒྱལ་པོའི་བྱམས། སྐྱ་  
 དང་གར་ལྷན་མཐོ་རིས་ལྷན་མཛེས་པ། རིན་ཆེན་སྟན་  
 བཀོད་དགའ་སྟན་འོས་པར་སོང་། ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 གཞོན་ཀྱིས་བཟོ་བ་བཟོད་པས་རྒྱན་པ་ནི། ང་ལས་ཀྱི་ཡལ་  
 འདབ་ཏུ། དུས་ཀྱིས་དེ་ཡི་སྐྱོ་བ་ནི། བཟོལ་ནས་བྱིས་སྐྱ་  
 ཉི་མ་བཞིན། མཛེས་སྐྱུ་འོད་ལྷན་སྐྱེ་གྱུར་དེ། འཕྲལ་  
 ལ་ཆ་ནི་རབ་ཏུ་སོས། བསོད་ནམས་གཟུགས་ལ་བཏྲེན་  
 པ་བཞིན། འགྲོ་བའི་ཡང་དག་རྒྱལ་པོའི་མཆོན། ལྷན་  
 པ་འདི་ནི་མཉེས་གཤེན་ལས། རྒྱ་ཟག་རྒྱལ་པོའི་བཙུན་  
 མས་སྒྲངས། བྱིས་པ་བཟུགས་འོས་འདི་ཡིས་ནི། མ་ཡི་



གནས་སུ་བདག་གྱུར་ཅིས། །དེ་ནས་པན་ཚུན་ཆོག་གིས་ནི།  
 །རྒྱལ་སྐུ་ང་ལས་རྒྱ་ཁོ་ཀྱིས་གྱུར། །ཁོ་ཀྱིས་དང་།  
 མངོན་པར་འབྱུང་བའི་ཡལ་འདབ་ལས། དེ་ནས་དུས་  
 གྱི་ཡང་དག་རྒྱུ་ལ། །ལྷ་སྐྱེ་རྒྱ་ཡི་ནགས་གནས་པའི། །སྐྱེ་  
 མ་དེ་ལ་སྐུ་བཟུངས་ཏེ། །ཨ་དེ་ཏི་ལས་ཉིན་བྱེད་  
 བཞིན། །མ་ཡི་མངལ་གྱི་དྲི་མ་ཡིས། །མ་རེག་དེ་ནི་དགྱ་  
 བརྟེན་བྱེད། །དེ་ནས་དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས། །གདུང་  
 བྲལ་ལྷས་ནི་རྒྱལ་གནས་གྱུར། །ཅིས་དང་། །གཙུག་ན་  
 རོར་བའི་ཡལ་འདབ་དུ། དེ་ནས་དུས་ནི་ཡོངས་རྒྱུ་ལ།  
 ཏེ། །མཁའ་ལས་བདུད་ཚིའི་འོད་ཟེར་བཞིན། །འགྲོ་བ་  
 རི་རབ་ཀྱན་འཛོམས་བྱ། །སྐྱེ་མ་ལ་ནི་བཅས་པར་  
 གྱུར། །ཅིས་པའོ། །

འཕེལ་བ་ལ་ནི་གཞོན་རྒྱ་སྐྱེད་བསྐྱེད་པའམ་ལང་ཆོ་  
 ཐོབ་པ་བརྒྱུད་པས་བརྒྱན་པ་སྟེ། ང་ལས་རྒྱའི་ཡལ་

འདབ་ཏུ། དབང་པོ་རྩལ་ནི་རབ་འདས་དུས། །བསོད་  
 ནམས་ཀྱིས་རྩེན་མི་ཟད་ཆོ། །དེ་ནི་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་ལྡན་  
 ཞིང་། །བྱིས་པའི་རྩེ་དགའི་རྣམ་པར་རོལ། །ཞེས་དང་།  
 མངོན་པར་འབྱུང་བའི་ཡལ་འདབ་ལས། དེ་ནས་གཞོན་  
 རུ་སྐྱེད་བསྐྱེད་ཤིང་། །རིག་ཀུན་ལེགས་པར་ཕ་རོལ་  
 བྱེན། །ཡི་གེ་མཁས་པས་ཆོངས་པ་ཡི། །ཡི་གེ་མངོན་  
 གསལ་རྣམ་པར་སྤྲུལ། །ཞེས་དང་། སྒྲང་པོ་ཅན་གྱི་  
 རྟོགས་པ་བརྗོད་པར། དེ་བོང་ཅན་བཞིན་བྱིས་པ་  
 དེ། །དུས་ལ་སྐྱེ་རྩལ་ཆགས་གནས་གྱུར། །འཇིག་རྟེན་  
 ཀུན་གྱི་མིག་གི་གཉེན། །འོད་ཟེར་ལྡན་ཞིང་རབ་ཏུ་  
 མངོས། །དལ་གྱིས་དེ་ནས་ཁོ་ལག་རྩོགས། །དབྱུང་པའི་  
 ཀ་བས་རྣམ་པ་བརྒྱན། །ཡིད་ལ་བྱུང་བའི་རྩོམ་པའི་  
 གནས། །ལང་ཆོ་གསར་པ་ཐོབ་པར་གྱུར། །ཅེས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །སྐྱེགས་བམ་ཁ་ཅིག་ཏུ། གཞོན་རུ་སྐྱེ་བའི་བསྐྱེགས་  
 པ་དང་། ཅེས་འདོན་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་རྒྱ་དཔེར་ཡང་

ཡོད་འདུག་པ་ལྟར་ན་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ལ་བསྐྱུགས་པའི་དོན་  
ཏོ།།

གྲོས་ནི་བྱ་བ་རྩལ་པ་དང་ཡུལ་དང་དུས་རྒྱུ་པར་དབྱེ་  
བ་དང་། སྐྱེས་བུའི་རྩལ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་བྱེད་པ་  
དང་། དགྲུག་པ་སྐྱར་འཆོས་པ་དང་། འབྲས་བུ་འབྲུབ་  
པ་ལ་བྱ་བའི་ལས་ངས་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཏེ་དེས་  
བརྒྱན་པ་ནི། ཟླ་འོད་ཀྱི་ཡལ་འདབ་ལས། གང་ཞིག་ཕུར་  
བུའི་ལྷགས་ཀྱིས་ནི། །མ་ཕྱེ་གྲོས་ཀྱི་གསང་སྒྲགས་  
ཀྱིས། །མི་མཐུན་སྒྲོགས་ཀྱི་དཔའ་བོ་དག་། སྦྱལ་གྱི་དུག་  
བཞིན་བཏང་བར་གྱུར། །ཞེས་དང་། འཕགས་སྐྱེས་པའི་  
ཡལ་འདབ་ལས། འཕགས་སྐྱེས་པོ་ནི་ཉེར་སྒྲགས་  
པས། །ཤྲུག་རྒྱུ་ལས་ཀྱིས་བཟོ་བ་བྱས། །སྒོག་དང་ལྷན་  
ཅམ་སུ་ལ་ཡང་། །ཁྱེ་ཅག་འཆོ་བ་མི་བུའོ། །ཞེས་དང་།  
ར་གཅིག་པའི་རྒྱུགས་པ་བརྗོད་པར། མོ་བྱང་འཁོར་དུ་

དེ་ནི་ཡོངས་བསྐྱེད་ཅིང་། ཁེམས་ལའང་བསམ་པ་མི་  
 བདག་གིས་དབྱད་ནས། མཁས་པ་ལ་སོགས་སྟོན་པ་  
 བོས་ནས་ནི། གཉིས་བྲལ་དགའ་བ་མཉམ་པར་རབ་  
 སྒྲས་པ། ཁོ་འདབ་རྒྱས་ཤིང་ཅ་བ་བརྟན་པར་བྱག་སྦྱི་  
 བོ་ཀུན་གྱི་ཉེར་འཆོ་ཤིན་ཏུ་མཐོ། མཚུངས་པར་སྦྱི་བས་  
 དམན་པར་རྒྱལ་སྤིང་ནི། སྤོན་བྱས་ཐོས་པའི་ཤིང་  
 བཞིན་བདག་གིས་རིག་ལང་ཆོ་རབ་ཏུ་སྦྱིན་འོས་  
 བརྟན་པ་ཡི། བྱ་མོ་པད་ལྷན་གཅིག་ཕུ་བདག་ལ་  
 ཡོད། དེ་ནི་འབད་བས་ལག་པ་ལ་བྱིན་ཆོ། བྱ་ཆ་ཉིད་  
 དང་དེ་ལ་བྱམས་པའང་རིག་ཅེས་པ་ནས། དེ་ནི་གལ་  
 ཏི་དཔལ་ལྷན་ཁྱོད་ཉིད་དུ། གྱུར་ན་རྒྱུད་ནི་རབ་ཏུ་ཞི་  
 མི་འགྱུར། གཟི་བཞིན་གཏེར་དེ་རབ་ཏུ་འགྱུགས་པ་  
 ཡི། གཞོན་མེད་རིག་པ་ཅི་ཡང་སྦྱབ་པར་མཛོད། ཅེས་  
 པ་མི་བདག་ཆོག་ཐོས་ཡུན་རིང་དུ། དབྱད་ནས་སྟོན་པ་  
 ཀུན་གྱིས་དེ་ལ་སྒྲས། དེ་ནི་དེ་ཡི་བསྟེ་གནས་ཉེ་བ་

ཡི། །ནགས་སུ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་མོ་ཅེ་རུ་ཐོང་། །ཞེས་པ་སྟ་  
བུའོ། །

པོ་ཉ་ནི་སྟེ་མཁས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་  
པའི་བང་ཆེན་པ་སྟེ་དེས་བརྒྱན་པ་ནི། ཡབ་སྲས་མཇལ་  
བའི་ཡལ་འདབ་ལས། གང་ཡང་མཛོའ་ལས་བདག་  
མཚུངས་འཆར་ཀ་ནི། །དེ་དགུག་སྦྲད་དུ་བདག་གིས་  
ཡང་དག་གཏོང་། །སྦྲངས་ཡིག་ལག་དེ་སྟེ་རྣམས་མངོན་  
དགའ་བ། །དེ་ཉིད་དུ་ནི་སྟེ་ཉིད་བཞིན་དུ་གྱུར། །ཞེས་  
དང་། ཡིད་ལ་རེ་བ་འདི་ཡིས་ས་ཡི་བདག་དེ་སྟེ་སྦྲད་  
བཞིན་མཐུན་དུ་སོང་བའི་ཆོ། །དེ་ཡི་དྲིན་གྱིས་རབ་བྱུང་  
གསལ་བྱས་པའི། །དགའ་བའི་རོ་ལྡན་འཆར་ཀ་ཡང་  
དག་འོངས། །ཞེས་དང་། བཙམ་ལྡན་གྱས་ལ་མཉེས་  
གཤིན་པས། སྤྱ་རིའི་བྱ་ནི་འབོད་པ་དག་མོ་གལ་བྱ་ནི་  
རབ་དུ་བསྐྱོས། །བྱ་གོད་ལུང་པོའི་རི་གནས་ལ། །ཁབ་

དང་སྐྱད་པའི་སྐྱར་བ་ནི། །བཀྲིས་རྩོགས་པར་བྱེད་པ་  
 ཡི། །ཤ་རིའི་བྱ་ཅན་དེ་ཡིས་བྱོན། །སོར་མོ་རེངས་བྱས་  
 འབྲུབ་པ་ཡི། །ལས་ཀྱི་མཐུ་ཉིད་མ་ཡིན་པར། །བྱ་བ་  
 འགོར་བར་འཇིགས་པ་ཡིས། །སྐྱར་དང་བཅས་པས་ལ་  
 ཏུར་སྐྱས། །ཚུར་གཤེགས་ཚུར་གཤེགས་མགྲོགས་པར་  
 རོ། །བཅོམ་ལྷན་ཀུན་མཁྱེན་རྩིང་བྱ་ནི། །གདུང་བ་མེད་  
 པར་དགོ་སྤྲོད་ལ། །ལས་ནི་ཉེ་བར་སྟོན་པར་  
 བརྩོན། །ལས་ལ་ཆགས་ནས་སྐྱར་མེན་ཞིང་། །ཐོགས་  
 པར་གལ་ཉེ་བྱེད་སྐྱ་ན། །རྩུ་འཕུལ་ཆེན་པོ་བྱེད་བསྐྱང་  
 བྱ། །བདག་གི་སྟོབས་ཡང་བལྟ་བར་བྱོས། །ཞེས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །

ཡུལ་གཞན་དུ་བགྲོད་པས་བརྒྱན་པ་ནི། །མ་ག་རྟ་བཟང་  
 མོའི་རྟོགས་པ་བརྩོད་པར། །དེ་ནས་མཆན་མོ་འདས་  
 བྱར་ཏེ། །སྤྲོད་དགོ་སྤྲོད་ཐམས་ཅད་ནི། །སྤྲོད་ཆོགས་སྟོ་ཡི་

ཆས་ལྡན་པའི། གཞུལ་ཡས་ཁང་ནས་མཁའ་ལ་  
 གཤེགས། སྐབས་དེར་རྩེ་མ་པ་ཆེན་པོ་ཡི། རྩོགས་ཀྱིས་  
 ཡོངས་སུ་གང་གྱུར་པ། བདག་པོའི་བྱིས་ན་བཅོམ་ལྡན་  
 འདས། བཟླ་འདོད་མ་ག་རྟ་བཟང་མོ། མེ་ཏྲིག་བདུག་  
 སྤྲོས་མཆོད་པ་ཡི། བཀོད་པ་འཛིན་ལ་མངོན་སྟོན་གས་  
 ཤིང་། སྐྱུག་མོ་གྲོས་པོ་བྱོ་རྩམས་དང་། ལྷན་ཅིག་ཁང་  
 བཟང་ལ་འཛིགས་འཁོད། དེ་ནས་ཏྲི་ཡི་ཤིང་ཏྲར་  
 བཅས། དགོ་སྤྲོད་ཀུན་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ། རྩམ་མང་ངོ་  
 མཚར་རྒྱུ་འཕྱལ་ནི། མཆོག་ལྡན་དང་པོ་རབ་ཏུ་  
 མཐོང་། རྟི་མ་དང་མཚུངས་དེ་མཐོང་ནས། ཡམ་མཚན་  
 གྲོས་སོགས་དགའ་བ་ཡི། མ་ག་རྟ་བཟང་ལ་སྤྲོས་  
 པ། བཅོམ་ལྡན་ཞེས་པ་འདིའམ་ཅི། འདིའམ་ཅི་ཞེས་  
 རབ་ཏུ་སྤྲོས། དེས་སྤྲོས་འདི་ནི་སྟོན་པ་མིན། འདི་དག་  
 དེ་ཡི་བཀའ་ལ་མོས། དགོ་སྤྲོད་རབ་ཞི་བསྟགས་པར་  
 འོས། དཀའ་ཐུབ་རབ་འབར་འོད་ཟེར་ཅན། གསེར་



ལྷོན་མཛེས་པ་དགའ་བ་རི་ཡི་ནི། །ཆེ་མོ་ལ་ཞོན་སྤྱན་ལ་  
 ཕྱོན་པ་གང་། །དོ་མཆར་བྱེད་པ་དེ་ནི་གཟུགས་ཅན་  
 བཞིན། །དཔལ་ལྷན་དགོ་སྦྱང་འདི་ནི་འོད་སྤངས་  
 ཆེ། །ཁུ་ལྷན་ཆར་སྤྱོན་ཟབ་མོའི་འབྲུག་སྤྱོད་ཅན། །གདོང་  
 ལྷའི་ཤིང་རྟ་དག་ལ་གནས་པ་གང་། །མཁའ་ལ་སྤྱན་དུ་  
 ཕྱོན་པའི་དགོ་སྦྱང་འདི། །ས་ལ་ཡོན་ཏན་གྱིས་གྲགས་ཤུ་  
 རི་བྱ། །ཞེས་པ་ནས། དེ་ནས་རབ་འབར་གསེར་གྱི་ཕྱེ་  
 མའི་གོས། །ཉི་མ་བརྒྱ་ལྟར་གསལ་བ་འགྲོ་ལ་  
 བྱང་། །གདུང་བའི་བྱང་པར་མ་ལུས་ཞི་བྱེད་པ། །བསེལ་  
 ཟེར་བྱེད་བ་བརྒྱ་ལྟར་བསེལ་བ་ཡང་། །དེ་ནས་ཞོར་  
 བདག་བརྒྱ་བྱེན་ཆངས་སྒྲིགས་སྤོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 རི། །རྒྱ་ཆེ་ནམ་མཁའ་བགྲོད་པ་བཟླན་ཅིང་རྗེས་སུ་  
 བགྲོད་པ་ལྷལ། །འཆི་མེད་གྲོང་གི་བྱ་མོས་མེ་རྟོག་ཚྲགས་  
 རི་གཏོར་བ་ལས། །རྒྱལ་བའི་ལྷ་བ་བསོད་ནམས་ལྷན་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་མིག་ལམ་ཤར། །གྲོང་ཁྱེར་སྒོ་ལམ་བཙོ་བརྒྱད་

ལྷན་པ་དེར། མཚུངས་པའི་སྐྱོ་ནི་བཅུ་བདུན་དང་  
 བཅས་པས། རབ་ཞུགས་མ་ག་རྟ་ནི་བཟང་པོའི་  
 བྱིས། ལྷ་ཤེས་རིན་ཆེན་རྩོ་ཡི་རང་བཞིན་བྱས། ཞེས་  
 དང་། ང་ལས་ཕྱི་ཡལ་འདབ་དུ། རྣམ་ཞེས་སྟ་རྣམས་  
 བཟུ་བཞིན་པས། ལྷ་བཞིན་མཐའ་ལ་གཤེགས་ཤིང་  
 དེས། ལྷ་སྟོ་བྱིས་བཞིན་སྤང་པོ་ཡི། ལྷ་ལས་རྣམས་  
 རབ་དུ་བྱབ་པར་གྱུར། དང་། གསེར་གྱི་ལྷ་གསེར་གྱི་ཡལ་  
 འདབ་ལས། རི་དྲགས་ལམ་ནི་སྟོན་བྱེད་པ། རི་ཉིད་  
 སྟོན་དུ་འགོ་བར་བྱས། དཔུང་བཅས་དེ་ནི་དེ་མེད་  
 གདུགས། ལྷ་ཤར་རི་བོ་བཞིན་དུ་སྤང་། ཞེས་པ་སྟ་  
 བཟོ། །

གཡུལ་འཐབ་པས་བརྒྱན་པ་ནི། ལྷ་རབས་སུ་བརྒྱ་  
 བྱིན་གྱི་རབས་ལས། རི་ནས་མཚོན་ཆ་འབྲུག་པ་ཡི། ལྷ་  
 ཆེན་གཡུལ་ནི་བསྐྱེས་པ་དང་། རི་བཅུངས་སྐྱོ་ནི་དྲག་

ངོ་ཡིས། །ནམ་མཁའི་ངོས་ནི་རལ་བ་བཞིན། །སོགས་  
 དང་། །འཕགས་སྐྱེས་པོའི་ཡལ་འདབ་ལས། །དེ་ཡིས་ས་  
 བདག་གོ་བགོས་པས། །གྲོང་བྱེད་བསྐྱམས་པ་མཐོང་ནས་  
 རྟོ། །སྒྲིམ་ཏེ་གཅིག་ཕུས་གཡུལ་དུ་བྱེན། །དེ་ཡིས་དཔའ་  
 རྣམས་བརྒྱག་པར་བྱས། །གཡུལ་དུ་སྐྱེས་བུ་སེངྒེ་  
 ཡིས། །དཔའ་བོ་སྤང་བོ་དེ་དག་བསད། །མུ་ཏིག་གིས་  
 བཞིན་གྲགས་པ་ཡི། །དགའ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་དུ་  
 གྱུར། །གཞན་ལ་སྒྲིམ་པར་གྱུར་པ་དེའི། །རལ་གྱི་དེ་ནི་ཅེ་  
 ཡང་འབར། །གང་གིས་རབ་རུ་གདུང་བས་དེས། །དག་  
 ཡི་ཁྱ་བོ་ཡངས་པར་སོང་། །ཞེས་པ་དག་གཡུལ་འགྱེད་  
 པ་ལ་བསྐྱགས་པ་དང་། །ཀུ་ན་ལའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པར།  
 །དེ་ནས་གྲོང་བྱེད་རྩོ་འཛིག་ཅེས་པར་ནི། །ས་བདག་སྤང་  
 པོའི་རྣ་བ་ཞེས་བྱ་བ། །གདུལ་དུ་གཞོན་ནུ་སྤྱིན་གྱི་རུལ་  
 འཁྱབས་ཆོགས། །ཉི་མ་པམ་བྱེད་ལྷན་པར་རྒྱལ་པོས་  
 བཏང་། །གྲོང་བྱེད་དེར་བྱེན་སྤང་པོའི་མུན་པ་ནི། །མ་

ལུས་ཕྱོགས་བབྱང་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་ཏེ་གནས། །སྤང་པོ་  
 དཔའ་སྤྱི་ཁྱུ་གཏེར་སྦྱོང་པ་ལྟར། །ཟབ་པས་སྤིང་པ་རྣམ་  
 གཉིས་འབྱེད་པ་བཞིན། །དེ་ནས་རྩོམ་འཛིག་རྒྱལ་པོས་  
 རྒྱལ་སྤྱིས་ལ། །སྤྱི་བོས་ཕྱག་འཆལ་རབ་ཏུ་དད་བྱར་  
 བྱས། །སྤང་པོ་རྩོམ་དང་རིན་ཆེན་དག་གིས་མཆོད། །སྤྱི་  
 ལྷན་རང་གིས་རང་གི་རྒྱལ་སར་བསྐྱོས། །ཞིས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །

འདྲེན་པ་དར་བ་བཟོད་པས་བརྒྱན་པ་ནི། ང་ལས་ལུ་འི་  
 ཡལ་འདབ་ཏུ། །ལྷག་མ་ངལ་བས་བདེར་གནས་  
 པ། །མཐའ་དག་ཁྱུ་གཏེར་སྤྱི་བས་ཀྱིས་ནི། །སྤྱི་རགས་  
 ལྷན་པའི་ལྷོར་འཛིན་མ། །མ་ལུས་དཔུང་པས་བབྱང་  
 པར་གྱུར། །ས་ནི་བསྤུང་བར་ཆས་གྱུར་ཅིང་། །རབ་ཏུ་  
 གསལ་བའི་དཔལ་ལ་གནས། །འཁོར་ལོས་སྦྱར་དེ་  
 ལེགས་བྱས་ཀྱིས། །བྱབ་འཇུག་ལག་པ་བཞིན་ཏུ་

མཛེས། །ཞེས་དང་། རྟོར་བཟང་གི་ཡལ་འདབ་ལས། ལྷ་  
གཅིག་གང་གིས་རྒྱལ་པོ་འདི། །རྟོར་དང་སྐྱེ་བོ་དར་བ་  
ཉོན། །ས་བདག་དེ་ཡི་དར་བ་ནི། །གཟུགས་ཅན་བསོད་  
ནམས་ཀྱིས་བཏགས་བཞིན། །

ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་སྟེ། དེ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་བརྒྱན་པར་གྱུར་  
པའོ། །འདིའི་ཀྱང་ནི་མི་ཟད་པའི་ནང་ཚན་ཨ་བེ་ཞེས་  
པ་སྟུང་པའི་དོན་དང་། ཅིང་ཞེས་པ་ལོ་ཙྰ་བས་ཚེག་  
འཛིག་མཚམས་བདེ་ཕྱིར་སྤྲ་ཐབས་སུ་བསྒྲན་པ་ཡིན་  
ནོ། །

མདོར་བསྡུས་མིན། །

ཉམས་དང་འགྱུར་བ་དག་གིས་གཏམས། །

སཀ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མིན། །

མཉན་འོས་བྱིན་ལེགས་མཚམས་སྟུར། །

ཀུན་ཏུ་སྐྱོད་དག་གི་མཐའ། །

ཐ་དད་ལྡན་པས་འཇིག་རྟེན་མཛེས། །

སྒྲན་ངག་དམ་པའི་རྒྱན་ལྡན་ནི། །

བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་གནས་པར་འགྱུར། །

དེ་ཡང་ཏ་ཅང་མདོར་བསྐྱུས་པ་མེན་པ་སྟེ་བསྐྱོན་བྱ་  
གང་ཡིན་གཞན་རྒྱད་ལ་རྫོགས་པར་འགོད་རྒྱས་པའི་  
ཚིག་གི་ཚིགས་མ་ཚང་བ་མེད་པའོ། །ཉམས་དང་འགྱུར་  
བ་ནི། འཆི་མེད་མཛོད་ལས། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་བསམ་  
པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས། དགའ་བ་དང་སྤོང་བ་སོགས་ཡིད་  
ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ལྟས་ངག་ཏུ་མ་ཤར་བ་ནི་འགྱུར་བའམ་  
བསམ་པ། དེ་ཉིད་རྒྱས་པར་བྱས་པས་འཇུག་པའམ་སྤོང་  
གཉེར་ལྟ་བུ་ལྟས་ངག་གི་བྱ་བས་གསལ་བར་གྱུར་བ་ནི་  
ཉམས་ཡིན་ཏེ། ལྷང་དེ་ཉིད་དུ། བསམ་པའི་གོ་བྱེད་རྗེས་

འགྱུར་བའོ། །ཞེས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གནས་ཤིང་། དེ་  
 དག་གི་དབྱེ་བ་འདོད་ལྷགས་མང་ཡང་སྐབས་འདིའི་  
 བསྐྱ་བའི་ཆོགས་བཅད་སྟོབ་དཔོན་རུ་སྒྲིམ། དགའ་  
 དང་དགོད་བློ་མུ་ངན་དང་། །ཁྱོད་དང་སྟོབ་དེ་བཞིན་  
 འཇིགས། །སྒྲིག་བློ་ངོ་མཚར་ཞེས་པ་རྣམས། །གནས་བྱེད་  
 འགྱུར་བར་རབ་དུ་གྲགས། །འགྱུར་བ་དེ་འཕེལ་ཉམས་  
 ཡིན་ཏེ། །སྒྲིག་དང་དགོད་དང་སྟོབ་རྗེ་དང་། །དྲག་པོ་  
 དཔའ་བ་འཇིགས་བྱེད་དང་། །མི་སྒྲིག་མཛད་བྱུང་མིང་  
 ཅན་ཞེས། །བརྒྱད་རྣམས་གར་གྱི་ཉམས་སུ་བཤད། །ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། །སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་དང་།  
 དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་འགྱུར་བ་སྟེ། །ལེའུ་བར་པར་  
 དཔེར་བརྗོད་དང་བཅས་རྒྱས་པར་འཆད་པར་འགྱུར་  
 བ་ལྟ་བུའི་རོ་ཉམས་སུན་སུམ་ཆོགས་པས་གཏམས་པ་  
 རྟེ་གང་བར་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ཏོ། །འདིར་ཉམས་  
 རྟོན་དང་འགྱུར་བ་རྗེས་སུ་བྱས་པ་པ་ནི་སྟོབ་པོས་ངག་



ཏུ་བརྗོད་པའི། རོ་ཉམས་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ཉིད་སྒྲིན་དང་།  
 བ་རོལ་ཉན་པ་པོའི་རྒྱུ་ལ་དེའི་འབྲས་བྱུ་རྒྱུ་པའི་  
 འབྱུ་བ་བྱིས་འཆར་བ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་  
 སྐྱ་སྒྲེ་ལེའུ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ན་ཉན་པ་པོ་སྒྲི་བར་འབྱུ་  
 སྒྲིད་པས་དེ་སྤང་དགོས་པའི་དོན་ཏེ། གོང་དུ་མདོར་  
 བསྟུས་མིན་ཅེས་པ་དང་། འདྲིར་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མིན་ཞེས་  
 པས་མཐའ་གཉིས་ཀ་སྤང་བ་གདམས་ནས་སྐབས་དང་  
 མཆམས་པ་ཞིག་སྒྲིར་དགོས་པར་བསྟན་ཏོ། །

མཉན་པར་འོས་པ་ནི། རྒྱུ་སྒྲིར་ལས་འབྱུང་བའི་བྱིན་  
 དབང་པོ་རྩི་རྩི་ལ་སོགས་པ་དང་། དེས་མཆོན་ནས་རྩི་  
 ཏིས་ཀྱང་སྤྱས་པ་དང་། མཆོག་གི་གཞུང་ལུགས་ལས་  
 རྩིས་སུ་བསྟན་པ་བརྩ་སྒྲིད་པ་དང་མི་འགལ་བའི་ཆོག་  
 གི་མཆམས་ལེགས་པར་སྒྱུར་བ་དང་དོན་ཕན་ཚུན་  
 འབྲེལ་ཞིང་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་ཕན་འདོགས་པའི་

ཚུལ་དུ་ལེགས་པར་སྒྲེབ་པའོ། །ཀུན་དུ་སྐྱེ་སྒྲེ་ལེན་ཏེ་  
 མཇུག་ཐམས་ཅད་དུ་དཀྱུས་ལས་གཞན་པའི་སྒྲེབ་སྦྱར་  
 ཐ་དད་པས་བསྐྱུས་པ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་ཇི་  
 ལྟར་མཐོང་བ་བཞིན་ཏེ། དཔེར་ན་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་  
 ལས་ལྷས་དངོས་གཞོན་ནུ་རོལ་པར་ཡོད་པའི་མཐར་  
 ཆོགས་བར་དགྲུ་པ་ཆེ་ལྷན་ལྟ་བུར་བྱས་པ་སྟེ། ལྷས་ལྷག་  
 པར་ཡོད་ན་དབྱ་དང་གཤམ་དུ་ཆོགས་བཅད་དང་།  
 ལྷས་ཉིད་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ཡོད་ན་གཤམ་དུ་ཆོག་  
 ལྷག་པའམ་རྒྱན་ཆགས་ལྟ་བུ་རྒྱང་པ་རིང་པོས་བརྒྱན་  
 ཅིང་མཛོས་པར་བྱས་པ། དེ་ལྟ་བུའི་སྟན་ངག་སྐྱོད་ན་གྱི་  
 རྒྱན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དང་ལྷན་པ་ནི་འཛིན་པ་པོ་  
 མང་བས་བསྐླལ་པའི་བར་ཇི་སྟོང་པ་དེ་སྟོང་དུ་མི་རུབ་  
 པས་གནས་པར་འགྱུར་བའོ། །

གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ནི་འོ་ན་ར་སྤྱི་རིགས་ལ་  
སོགས་པའི་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའང་བཤད་མ་  
ཐག་པ་གྲོང་བྱིར་ལ་སོགས་པ་བསྐྱགས་པའི་ཡན་ལག་  
རྣམས་ཐམས་ཅད་ཆང་བ་མེད་ན་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་  
གཅིག་ཀྱང་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གང་ཞིག་ཡན་ལག་འགས་དམན་ཡང་། །

གལ་ཏེ་སྤྱར་རྣམས་སྤུན་ཚོགས་ཀྱི། །

དེ་རིག་མགུ་བར་བྱེད་པ་ནི། །

འདྲིར་ནི་སྟན་ངག་སྟོན་མ་ཡིན། །

གྲོང་གི་བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡན་ལག་སྤར་བཤད་  
པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་ཆང་འཕྱང་པ་དང་གཞོན་ནུ་  
སྟེ་བའི་བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་རྩང་བ་  
འགའ་ཞིག་མ་ཆང་ཡང་ཆོག་དོན་སྤུན་སུམ་ཚོགས་པའི་

སྒྱུར་བས་སྟན་ངག་རིག་པའི་མཁས་པ་རྣམས་མགུ་བར་  
བྱེད་ནུས་ན། སྟན་ངག་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པར་མི་འགྱུར་  
བས་སྐབས་འདིར་སྒྱུན་མ་ཡིན་ཏེ་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་  
གཏོང་བ་མིན་ལ། དེས་ན་སྟན་ངག་ཆེན་པོ་དང་ཆུང་  
དུ་ནི་ལེན་པ་བཅད་པ་དང་མ་བཅད་པས་དབྱེ་བ་ཡིན་  
ནོ། །

གསུམ་པ་སྒྱུར་ཚུལ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པ་ནི།

ཐོག་མར་འདྲེན་པ་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

ཉེ་བར་བཀོད་ནས་དེ་ཡིས་ནི། །

དག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་ཅིས་པའི། །

ལམ་འདི་རང་བཞིན་མཛོས་པ་ཡིན། །

ཐོག་མ་ཉིད་དུ་འདྲེན་པ་སྟེ་བསྐྱགས་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་  
དེའི་དཔའ་བ་ལ་སྐྱགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེད་པར་དུ་མ་

བཟླ་ནས་དེས་དག་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་སྟེ་ཕ་རོལ་གྱི་  
དག་བཅོམ་མོ། །ཞེས་བཟླ་པའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ནི་  
རང་བཞིན་གྱིས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པ་སྟེ་སྟན་ངག་  
མཐན་སྒྲུ་མ་ཏྲ་ཞེས་བྱ་བའི་འདོད་པའོ། །

དེར་མ་ངེས་པར་སྟན་པ།

རིགས་དང་བཙུན་འགྱུས་ཐོས་སོགས་གྱིས། །

དག་པོ་ལ་ཡང་བསྐྱགས་བྱས་ནས། །

དེ་ལས་རྒྱལ་བར་འདྲེན་པ་ནི། །

ཁྱད་འཕགས་བཟླ་པའང་བདག་དག་འཁྱེས། །

རིགས་དང་བཙུན་འགྱུས་དང་ཐོས་པ་དང་། དཔལ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་དུ་མས་ཐོག་མར་  
འཛམས་བྱའི་དག་པོ་དེ་ཉིད་བསྐྱགས་ཤིང་བཟླ་པར་  
བྱས་ནས། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོབས་དང་ཕྲན་པའི་དག་པོའང་

བདག་ཅག་གི་འདྲན་པ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་འདྲིའི་མཐུས་བཅམ་  
མོ་ཞེས་བཟོད་པ་དེ་ཉྟ་བུ་ཕུལ་བྱུང་གི་བཟོད་ཚུལ་ཡིན་  
པས་འབྱོག་བཟོད་ཡིན་ཅིང་། ཉྟ་བུ་ངག་ལ་ནི་འབྱོག་  
བཟོད་གཙོ་ཆེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་  
ནི་དེ་ཉྟ་བུ་ལའང་དགའ་བ་སྐྱེས་སོ་ཞེས་འང་གི་སྐྱས་སྒྲ་  
མ་སྒྱུད་པ་སྟེ། དེས་ན་སློབ་དཔོན་དཔྱེ་ནི་རིམ་པ་གཉིས་  
ཀ་བཞིད། སྒྲ་མ་ཉམས་སྒྲ་མ་ཁོ་ན་འདོད་ཅིང་ཕྱི་མ་  
འགོག་པར་བྱེད་དོ། །

ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལྷུག་པའི་སྐྱར་བཤད་པ།  
གཉིས་པ་ལྷུག་པ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་དང་  
དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
རྐང་པ་མེད་པའི་ཆོག་རྒྱན་ནི། །  
ལྷུག་པའོ། །

རྒྱལ་པ་མ་བཅད་པའི་ཚོག་སྤྲུལ་དང་ཏིང་མཐའ་ཅན་  
 རྒྱལ་ཆགས་པའི་ངག་འདི་ལེགས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
 བཅུ་མས་པའི་སྤྲུལ་ངག་གི་ལྷས་གཉིས་པ་ཚོག་སྤྲུལ་པ་  
 རྒྱལ་བོད་སྤྲུལ་ལ་ཡང་སྤྲུལ་ཏིགས་ལ་སྤྲུལ་པའི་བསྤྲུལ་  
 བཅུ་མས་དང་མི་འགལ་བར་སྤྲུལ་ནས་བཅུ་མས་པའི་ཚོག་  
 རྒྱལ་པ་མ་བཅད་པའི་ངག་གི་རྒྱལ་ཏི། རྒྱལ་གྱི་ལོ་ལྷ་  
 བ་ཆེན་པོ་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྒྱལ་པ་ཞེས་པར་བསྤྲུལ་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། དབྱེ་བ་མེད་གིས་མདོར་བསྤྲུལ།  
 དདོས་པོའི་དབྱེ་བར་ཏིག་པ་དགག་མེད་ཅམ་གྱིས་དབྱེ་  
 བར་བསྤྲུལ། དོན་གྱིས་དབྱེ་བར་འཛོག་པའི་སྤྲུལ་བྱེད་

གཞན་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི།

བཅོད་པ་དང་ནི་གཏམ། །

ཞེས་པ་དེའི་རབ་དབྱེ་གཉིས། །



ལྷག་པ་ཞེས་པ་དེ་མིང་ཙམ་གྱིས་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་ནི་  
 གཉིས་ཏེ། བཟོད་པ་དང་གཏམ་མོ། སློབ་དཔོན་ངག་གི་  
 དབང་ལྷག་གྲགས་པས་ནི། འོག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུ་  
 འདིར་ཡང་སྒྲེལ་ཏེ་མིང་ཙམ་གྱིས་དབྱེ་བ་འདི་ཡང་  
 གཞན་གྱི་འདོད་པར་བཞག་ནས། དཀྱིའི་རང་བཞིན་ལ་  
 མིང་གི་དབྱེ་བ་ཙམ་དེ་ཡང་མི་འདོད་པའི་ལྷགས་སུ་  
 བཀྲལ། དཀྱུས་སུ་བཀོད་པ་འདི་ནི་སློབ་དཔོན་རིན་  
 ཆེན་དཔལ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་ལྷར་རོ། །སྐབས་འདིར་  
 འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་དང་སྒྲུ་ལྷོས། པརྒྱ་ཏ་རིག་བྱེད་  
 རྒྱ་མཚོ་ནི་བཟོད་པའི་མཚན་ཉིད་ལྷག་པའི་སྟན་ངག་  
 གང་ཞིག་སློན་བྱུང་གཏམ་རྒྱུད་ལས་བྱངས་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་རིགས་བཟོད་པ་དང་གཏམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ལྷག་  
 པའི་སྟན་ངག་གང་ཞིག་སློན་བྱུང་གི་གཏམ་བཟོད་ལས་  
 བཅུམས་ཏེ་བཟོད་པ་ཤས་ཆེ་བ་ཡིན་ཅེས་གསུངས་ཞེས་  
 འཆད། དེ་ལ་རྗེ་བོད་མཁས་པས་ཀྱང་སྒྱུར་སྒྲིམ་ཙམ་

མཛད་མོད། རྒྱ་གར་པ་རྒྱུ་ཏའི་གསུང་རྒྱན་ཡིན་ན་  
 གཞུང་གཞན་གྱི་ལྷ་གས་ཡིན་པ་ནི་བྲིད། སློབ་དཔོན་  
 དཀྱིའི་མེ་ལོང་འདི་དང་བསྐྱུན་དགོས་ན་ནི་འགལ་བ་  
 ལྷ་གས་སློབ་དུ་སོང་སྟེ། འདིར་མིང་ཅམ་གྱི་དབྱེ་བ་མ་  
 གཏོགས་རིགས་ཐ་དད་པར་མི་བཞེད་དོ། །ཞེས་ཁ་ནས་  
 འདོན་བཞིན་དུ་ཡང་དེ་གཉིས་ལ་དོན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡོད་  
 པར་འདོད་ནས་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་རེ་འཛོག་པ་ནི་  
 ཕྱོགས་སྒྲ་ཕྱིའི་དབྱེ་བ་ཅམ་ཡང་མ་བྱེད་པའི་གཏམ་དུ་  
 རྒྱང་སྟེ་བཙོན་པ་དང་གཏམ་གཉིས་རིགས་ཐ་དད་དུ་  
 ཁས་སྐྱངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །སློན་བྱུང་གཏམ་ལས་གྱུར་  
 པའང་། །ཞེས་པ་དང་། འདིའི་གཏམ་མི་གཅིག་སྟེ་དེ་ནི་  
 སློན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་ད་ལྟར་བའི་བསྐྱགས་འོས་གྱི་  
 ཡུལ་ཏེ་བཙོན་བྱའི་དོན་གྱི་དབྱེ་བ་སློན་པ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་ནི་རྫོང་བྱེད་ཆོག་ལྷ་གས་པའི་དབྱེ་བ་སློན་པའི་

སྐབས་ཡིན་པས། མིང་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་དོན་གཅིག་  
ཏུ་འབྱུང་བར་མི་བྱའོ།

གཉིས་པ་ནི། སྟན་ངག་མཁན་སྒྲུ་མ་ཏ་ཞེས་བྱ་བའི་  
འདོད་པ་བཀོད་པ།

དེ་ལ་འདྲེན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ནི།

བཙུང་པར་བྱ་བ་བཙུང་པ་ལོ།

གཞན་ནི་འདྲེན་པའམ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་།

རང་གི་ཡོན་ཏན་བསྐྱགས་སྦྱོན་འདིར།

ཡང་དག་དོན་བསྐྱགས་བྱུང་ཡོད་མིན།

བཙུང་པ་དང་གཏམ་དེ་དག་ལས་བཙུང་པ་ནི་འདྲེན་  
པ་ཁོ་ནས་རང་གི་སྦྱོད་པ་བཙུང་གི་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་  
པ་སྟེ་སྦྱ་བ་པོ་ངས་པའོ། ལོའི་སྦྱ་ནི་གཞན་གྱི་འདོད་

པར་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །བརྗོད་པ་ལས་གཞན་  
གཏམ་ནི་གཙོ་བོས་བརྗོད་པའམ་གཙོ་བོ་ལས་གཞན་  
དེའི་འཁོར་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་སྤྲུས་པའོ། །འོ་ན་སྐྱེ་བོ་  
ཡ་རབས་རྣམས་རང་གི་བསྟོད་པ་བྱེད་པ་མི་རིགས་སོ་  
ཞེ་ན། རང་གི་ཡོན་ཏན་རིགས་དང་བཙོན་འགྲུས་ལ་  
སོགས་པ་སྐབས་ཀྱི་དབང་གིས་བསྐྱབས་པ་ནི་ཚུལ་  
འདིར་སྟོན་མིན་ཏེ། ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུའི་དོན་ཅན་  
ཀྱི་རང་གི་སྟོད་པ་བསྐྱབས་ཀྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་བརྗོད་པ་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྤྲོ། །

དེ་མ་ངས་པར་སྟོན་པ།

འོན་ཀྱང་ངས་པ་མ་མཐོང་སྟེ། །

དེར་ཡང་གཞན་གྱིས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། །

གཞན་གྱིས་བརྗོད་དེ་རང་གིས་ཞེས། །

དབྱེ་བའི་རྒྱ་འདི་ཅི་ཞིག་འདྲ། །

དེ་སྐད་ཟེར་མོད་ཀྱང་འདྲེན་པ་ཁོ་ནས་བཟོད་པར་བྱ་  
 བ་བཟོད་པའོ་ཞེས་པའི་ངེས་པ་མེད་པར་མཐོང་སྟེ།  
 བཟོད་པ་དེར་ཡང་འདྲེན་པ་ལས་གཞན་གྱིས་བཟོད་པ་  
 མཐོང་སྟེ། དགའ་བའི་སྟོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་  
 བཟོད་པར་འདྲེན་པའི་སྟོད་པ་གཞན་གྱིས་བཟོད་པ་  
 རྒྱང་བའི་བྱིར་དང་། འདིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྟན་  
 ངག་མཁན་སྣ་བ་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར།

བསྐྱགས་ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གང་ཟག་གཞན་གྱིས་སྟན་  
 ངག་སྐྱར་བ་མང་ཞིང་། ཡང་དེ་སྟར་སྣ་བ་པོ་ངེས་སུ་  
 རྒྱག་ན་ཡང་དེ་ཙམ་གྱིས་དེ་གཉིས་རིགས་ཐ་དད་དུ་མི་  
 འགྲུབ་སྟེ། དེ་ལ་ནི་སྣ་བ་པོའི་ཁྱད་པར་ཙམ་ཞིག་མཐོང་  
 མོད། དེ་ལས་གཞན་རང་གིས་བཟོད་ན་བཟོད་པ་དང་།  
 གཞན་གྱིས་བཟོད་ན་གཏམ་དུ་འགྱུར་བའི་ཁྱད་པར་ཅི་

ཡང་མ་མཐོང་ཞིང་། སྐབས་འདིར་སྟན་ངག་གི་ལུས་  
ཆོག་སྟུག་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ལ་དཔྱོད་པའི་སྐབས་ཡིན་  
པས། སྐྱས་བ་པོའི་བྱུང་པར་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་ཅི་ཞིག་བྱ།  
དེ་ཅམ་གྱིས་རིགས་ཐ་དད་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་བར་འགྱུར་  
རོ།

གལ་ཏེ་སྒོ་དང་གཞན་སྒོ་དང་། །

དབུགས་མཆམས་བཅས་ཉིད་བརྗོད་པ་ཡི། །

ཐ་དད་པ་ཡི་རྟགས་ཡིན་ན། །

གལ་ཏེ་ཞེས་པ་བརྟག་པ་མཐའ་བཟུང་བའི་ཆོག་ཆོག་  
སྟུག་པའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་གང་ཞིག་དེའི་ཐོག་  
མཐའ་དང་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་ལ་  
སྒོ་སྟེ། ལྷ་ཉི་ཞེས་བྱ་བ་ཁ་སྒོ་པན་པ་ལ་སོགས་པ་ཁ་སྒོའི་  
ནང་ཆོན་གང་ཡང་རུང་བའི་སྟེན་སྦྱར་དང་། པ་ར་ལྷ་ཉི་

གཞན་སྒྲིལ་སྒྲིལ་མཉམ་གྱི་ནང་ཚན། གལ་ཏེ་ན་ན་ར་  
དང་ལ་དང་ག་ཡིན་ཅིང་། གལ་ཏེ་ན་ཇ་ཇ་ར་དེ་ཆེ་  
གཞན་སྒྲིལ་འདོད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཐེབ་སྒྲིལ་དང་།  
ཨ་ལྷ་ས་ཏེ་ཡིད་བརྟན་ལྷན་པ་ཞེས་ལྷ་ས་བསྐྱུར་མོད།  
དོན་ལེན་འཛམ་ས་མམ་མངལ་བསོའི་དབུགས་  
མཚམས་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་གང་ལ་ཡོད་པ་ནི་  
བརྗོད་པ་དང་། མེད་པ་གཏམ་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་ཉིད་  
བརྗོད་པ་གཏམ་ལས་ཐ་དད་པའི་རྟགས་ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།

ཞར་གྱིས་གཏམ་རྣམས་དག་ལ་ཡང་། །

འཕགས་མ་སོགས་བཞིན་སྒྲིལ་དང་ནི། །

གཞན་གྱི་སྒྲིལ་དག་ཅེས་མི་འཇུག །

སྒྲིལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་བརྗོད་པའི་བསྟན་བཅས་སུ་འདོད་  
པ་གི་རྒྱ་ཏེ་བོད་སྐད་མོན་པར་གྲགས་པ་ལྷག་པའི་



སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་འདི་ལ་ཞར་གྱིས་བྱང་བའི་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དག་ལ་ཁ་སློ་དང་གཞན་སློ་དང་  
 དབྱགས་མཆམས་སུ་སྒྲིང་པ་དག་ཡོད་མོད་ཀྱང་ཁྱོད་  
 རང་གིས་གཏམ་གྱི་སྒྱུར་བར་འདོད་པ་ལ་སྒྲིག་ཏུ་ཁ་སློ་  
 བོད་སྐད་དཔལ་མོ་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཆོག་ལྷག་པའི་  
 སྟན་ངག་འདི་ལ་འང་ཞར་གྱིས་བྱང་བའི་ཆོགས་བཅད་  
 རྣམས་ལ་རྩ་ཏི་འཕགས་མ་དང་། རྩེས་བསྐྱགས་གྱི་སྒྲིབ་  
 སྒྱུར་སོགས་དངོས་སུ་མཐོང་བ་བཞིན་དུ་སློ་དང་གཞན་  
 སློ་དང་དབྱགས་མཆམས་ལ་སོགས་པ་འབྲུག་དུ་ཅིས་མི་  
 ཟུང་སྟེ་ཟུང་བ་ཁོ་ནའོ། །

འདིར་ཞར་གྱིས་ཞེས་པ་ནི། ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་སྒྲིབ་  
 སྒྱུར་དེ་དག་ལྷག་པའི་ཞར་བྱང་དུ་ཡོད་མོད་དཔྱོད་པ་  
 ཡིན་གྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལྷན་དངོས་ལ་གོ་ན་མི་ཟུང་སྟེ།  
 དེ་དག་ཆོག་ལྷག་པར་སྒྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་ཁོ་ན་

ཡིན་ཅིང་། འདིར་ཡང་སྟན་ངག་གི་ལྷན་གཉིས་པ་སྟུག་  
 པ་ཉིད་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་སོ་ཞེས་སྟོན་  
 པའོ། །ལྷོ་གྲ་ཏ་ཏ་དང་གི་རྩ་ཏ་ཞེས་པའི་བསྟན་  
 བཅས་དེ་གཉིས་ནི་རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་འདིར་མ་  
 འབྱུང་བར་མ་ཟད་མིང་ཙམ་གྱི་སྒྲིས་ཡང་མི་སྣང་མོད།  
 འདིར་ནི་སྟོབ་དཔོན་རལ་ལྷོ་འི་རྒྱ་འབྲེལ་ལས་ཇི་ལྟར་  
 འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ།

སྐབས་འདིར་དཔང་རྟེན་ཏུ་གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་  
 དགོངས་པ་ཇི་ལྟ་བུ་ལེགས་པར་བཤད་འདུག་ཀྱང་ཏ་  
 ཅང་ཆོག་སྟེ་བསྟུས་ཤིང་ཕལ་ཆེར་རྒྱ་འབྲེལ་ཉིད་བསྟུར་  
 བའི་རྒྱ་གཞུང་གི་ཆོག་སྟེ་ཕོ་ཆེས་བརྗེད་བས་རྟོགས་  
 དཀའ་བའི་ཕྱིར། བོད་འབྲེལ་མཛད་པོ་གཞན་སུས་ཀྱང་  
 དབྱིས་ཕྱིན་པར་མ་དགོངས་ཤིང་མ་གསན་བཞིན་དུ་  
 འོལ་ཆོད་ཀྱིས་བཀྲལ་བའི་ཆོག་ཉལ་གོ་བ་མུང་ན་དོན་

མི་སྟོན་པའི་བབ་ཅེས་མང་ཞིང་ཁྱད་པར་སྟོན་དང་  
 གཞན་སྟོན་དང་ཡིད་བརྟན་ལྡན་པ་གསུམ་གྱི་མཆོན་གཞི་  
 ངོས་འཛིན་པ་ན་སྤྱི་འགྲེལ་རྣམས་དཔང་རྟེན་ལ་བསྟེན་  
 བས་སྤེལ་སྦྱར་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་སྟོན་སྦྱོང་སྦྱོང་མགོ་  
 འདྲེན་ཅེས་བྱུང་གྱུང་རིན་སྤངས་ངག་དབང་འཇིགས་  
 གྲགས་ཀྱིས། སྟོན་གར་གྱི་མཆོམས་སྦྱར་བའི་ཡན་ལག་  
 སྟོ་སྟེ་སྤྱི་བ་དང་། གཞན་སྟོ་སྟེ་དེའི་ལན་འདེབས་པ།  
 ཡིད་བརྟན་ལྡན་པ་སྤེ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཞེས་བཀྲལ། དེ་  
 རྣམ་བཅུ་མས་འགྲེལ་མཛད་ཕྱི་མ་ཐམས་ཅད་དེའི་རྗེས་  
 སྤྱི་འགྲེལ་མོད། སྦྱར་བྱི་བ་དང་བྱི་ལན་ལ་སྟོན་དང་  
 གཞན་སྟོ་འི་མིང་འཇུག་པ་དང་། དེ་སྟོན་གར་གྱི་  
 མཆོམས་སྦྱར་ཡན་ལག་ལ་ཡོད་པ་བདེན་གྱུང་སྐབས་  
 འདིའི་དོན་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་འབྱུང་བ་ཉིད་  
 སྤྱི་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་རོ། །

ལ་སྒྲུ་སྟོགས་སམ་ཨ་ལྷ་སའི། །

དབྱེ་བ་མཐོང་ཡང་དེ་ལས་ཅི། །

ལ་སྒྲུ་སྟོགས་ཀྱི་མ་རྟེན་པ། སྟོགས་ཁོང་ནས་མ་ཚོགས་  
པ་དང་ངལ་བསོ་བསྒྱུ། གཞན་ཡང་ཨ་ལྷ་ས་ཏེ་ལེན་ཏེ་  
མཚམས་སྟོགས་སྒྱུ་པའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅས་  
འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་ཅིང་ལ་ལར་མེད་པའི་དབྱེ་བ་ཅམ་  
མཐོང་མོད། དེ་དག་ཀྱང་བཟོད་པ་དང་གཏམ་གྱི་བྱད་  
པར་འབྱེད་ཆོས་ཡིན་པར་བཤད་པའི་བྱངས་མེད་ཅིང་  
གོ་ལ་བ་བྱོད་རང་གིས་གཏམ་གྱི་སྒྱུར་བར་འདོད་པའི་  
བསྟན་བཅས་རྣམས་ལའང་དེ་དག་དངོས་སུ་མཐོང་  
བའི་ཕྱིར་དང་། གལ་ཏེ་ལ་སྒྲུ་ལ་སྟོགས་པ་དེ་དག་གཏམ་  
དང་བཟོད་པའི་དབྱེ་བ་ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་ཡན་ལག་  
གམ་ཐ་སྟོད་ཐ་དད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། ལུས་དངོས་ལ་དབྱེ་

བ་ཡོད་པ་མི་འབྱུང་པའི་ཕྱིར་དེ་ལས་ཅི་སྟེ་རིགས་ཐ་  
དད་དུ་མི་འབྱུང་བོ།

གསུམ་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་གཏམ་དང་བཟློད་པ་ཞེས།

མིང་གཉིས་དག་གིས་རིགས་གཅིག་མཆོན།

དེ་གཉིས་རིགས་ཐ་མི་དད་པ་དེའི་ཕྱིར་དཔེར་ན་མི་  
གཅིག་ལ་མིང་གཉིས་བཏགས་པ་ལྟར། གཏམ་དང་  
བཟློད་པ་ཞེས་པའི་མིང་གཉིས་ཀྱིས་ཆོག་ལྷག་པའི་སྟན་  
ངག་གི་རིགས་གཅིག་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ།

ལྷག་མ་བཟློད་པའི་རིགས་ནམས་ཀྱང་།

འདི་ཉིད་ནང་དུ་འདུས་པར་འབྱུང་།

འོ་ན་སྒྱུག་པའི་དབྱེ་བ་གཞན་ཡང་མཐོང་ན་དེ་རྣམས་  
 འདིར་མ་བཤད་པ་ཅི་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་དབྱེ་བ་ཐམས་  
 ཅད་གཏམ་དང་བཟྃ་ད་པ་ཞེས་པའི་མིང་ཅམ་ཐ་དད་  
 ཅིང་། དོན་གྱི་རིགས་གཅིག་པ་ཆོག་སྒྱུག་པར་སྒྱུར་བའི་  
 བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུ་བར་འགྱུར་བས་ལོགས་སུ་  
 མ་བཤད་དོ།

བཞི་པ་ནི། ཡང་སྒྲ་མ་ཏ་ན་རེ། བཟྃ་ད་པ་ནི་བུ་མོ་འཕྲོག་  
 པའི་དོན་གྱི་གཡུལ་ཞེས་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་གི་རྒྱ་  
 འགྲེལ་དུ་བཤད་པ་ལྟར་རམ། ཡང་ན་རྒྱ་གྲུ་བུ་བུ་བུ་  
 འཕྲོག་པའི་དོན་ཅན་ནམ་རྒྱ་གཞན་གྱི་འང་རུང་སྟེ་  
 གཡུལ་དང་ཞེས་འཆད་ཅིང་གཞན་ཡང་མ་ཆོགས་པ་  
 དང་འདྲེན་པ་དར་བ་ལ་སོགས་པ་བཟྃ་ད་བུའི་དོན་  
 ཅན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བཟྃ་ད་པ་ཡིན་ལ། གཏམ་ནི་དེ་  
 ལྟ་མིན་པས་དེ་གཉིས་ཐ་དད་པ་དཔེར་ན་འདོད་ཚུལ་

འདི་དང་མཐུན་པའི་ལུང་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛེར་  
དངས་པ་ལས། གང་དུ་བྱ་མོ་འཕྲོག་དང་གཡུལ། །འཕྲད་  
དང་མངོན་པར་དར་བས་བརྒྱན། །གཙོ་བོ་ཉིད་དམ་  
འཁོར་གྱིས་འདིར། །འདྲེན་པའི་སྦྱོད་པ་སྤྲ་བ་ནི། །ལྷག་  
པ་སྒྲི་དང་གཞན་སྒྲི་ཅན། །དབྱུགས་མཚམས་བཅས་པ་  
ལེགས་སྦྱར་བ། །དེ་ནི་བརྗོད་པ་ཞེས་བཤད་དེ། །སྤང་  
ཅིའི་བྱ་དང་དགའ་སྦྱོད་སོགས། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
ཡིན་ལོ་ཞེ་ན།

བྱ་མོ་འཕྲོག་དང་གཡུལ་དང་ནི། །

བསྐྱེ་བ་དར་བ་ལ་སོགས་པ། །

སུགས་བཅིངས་པ་མཚུངས་པ་ཉིད། །

དེ་དག་ཁྱད་བྱེད་ཡོན་ཏན་མིན། །

བྱ་མོ་འབྱོག་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་དོན་  
 ཅན་གྱི་གཡུ་ལ་དང་མ་ཚོགས་པ་དང་། འདྲེན་པས་དག་  
 ཚོམས་པའི་དར་བ་དང་སོགས་པའི་སྒྲས་གྲོས་དང་ཕོ་  
 ཉ་དང་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་ལ་སོགས་པ་བབྱང་སྟེ།  
 དེ་རྣམས་སྐྱེས་བཅེངས་པའི་སྟོན་ངག་ཆེན་པོ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་མཚུངས་པར་ཡོད་པས་བརྗོད་པ་གཏམ་ལས་  
 བྱད་པར་འབྱེད་པའི་བྱད་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མེན་ཏེ།  
 གཏམ་ལའང་དེ་རྣམས་སྐབས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་འབྱུག་  
 པ་དགག་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐབས་འདིར་མཁས་པ་བདེ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་ཀྱིས། སྐྱེས་  
 བཅེངས་པ་ནི་ལྷུག་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་པར་ཡོད་དེ། དེ་  
 དག་ཆོགས་བཅད་ཁོ་ནའི་བྱད་པར་དུ་བྱེད་པའི་ཡོན་  
 ཏན་གྱི་ཆོས་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟག་ན་  
 ཆོས་དེ་དག་ཆོགས་བཅད་དང་ཆོག་ལྷུག་གི་བྱད་པར་



འབྱེད་ཆོས་ཡིན་མིན་ལ་སྤྱོད་ཆོས་ཕྱི་ཆོས་ཚུངས་པ་ཡིན་ནོ་  
སྒྲུལ་པ་ཞིག་ཐུགས་ཡུལ་དུ་ཤར་ཡོད་པ་འདྲ་ན་འདྲ་།  
འདིར་ནི་ཆོག་སྤྱོད་པའི་ནང་ཆོན་བཟོད་པ་གཏམ་ལས་  
ཐ་དད་མི་དད་ལ་ཚུངས་པའི་སྒྲུབས་ཡིན་མོད། ཆོགས་སུ་  
བཅད་པ་དང་སྤྱོད་པ་གཉིས་རིགས་ཐ་དད་ཡིན་པ་  
གནག་རྩི་སྤྱོད་པོ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་ཤེས་པར་སྤྲོ་ན་  
མཁས་པས་དེ་ལ་ཚུངས་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ་བ་ཡང་དགོངས་  
དགོས་སོ། །

སྒྲུན་ངག་མཁན་གྱིས་བསམ་བྱས་རྟགས། །

གཞན་དུ་ཡང་ནི་སྒྲུན་མི་འགྱུར། །

འདོད་དོན་སྒྲུབ་ལ་སྒྲོ་བྱ་ནི། །

མཁས་པ་རྣམས་ལ་ཅིས་མི་འགྱུར། །

ཡང་སྒྲུ་མ་ཏ་ན་རེ། སྒྲན་ངག་མཁན་གྱིས་དགོངས་པ་སྟེ་  
 བསམ་པས་མི་ལོར་བའི་སྒྲན་དུ་རྟགས་སམ་མཆན་མར་  
 བཀོད་པ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡོད་པ་ནི་བཟོད་པ་ཡིན་ལ་  
 མེད་པ་གཏམ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲན་། དེ་ལྟ་བུ་སྟོན་གྱི་  
 མཁས་པ་མཆོག་དང་མཆོག་གི་གཞུང་ལུགས་ལས་  
 བཟོད་པར་སྦྱར་བའི་སྒྲན་ངག་ཡིན་ན། དེ་གཏམ་དང་  
 མི་འབྲུལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རྟགས་མཆན་དགོད་པར་བྱ་  
 ཡི། གཏམ་དུ་སྦྱར་བ་ལ་དེ་ལྟར་མི་བྱའོ། །ཞེས་བཤད་  
 བའི་ཁྱད་ས་ཡོད་ན་དེ་ལྟར་ཅུང་ཡང་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། ཁྱད་ས་མེད་ཀྱང་སྒྲ་ཡི་སྒྲན་ངག་མཁན་པོས་མི་  
 འབྲུལ་བའི་རྟགས་མཆན་དུས་དེར་གསར་དུ་སྦྱར་ཅུང་  
 ངོ་ཞེན་མི་འཐད་དེ། །གཞན་གཏམ་དུ་སྦྱར་བ་ལ་ཡང་  
 དེ་ལྟར་སྦྱར་ན་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དོན་  
 གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྦྱབ་པ་ནི་མཁས་པ་རྣམས་  
 ལ་འདོད་དོན་གྱུབ་པའི་ཐབས་སུ་མི་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་

མེད་དེ། སྟན་ངག་མཁན་ལ་ཅི་ཡང་རྒྱན། །མཁས་པས་  
 བཤད་ན་ཅི་ཡང་བདེན། །སྟོ་འདུན་ཅན་ལ་ཅི་ཡང་  
 ཟས། །འདོད་ཆེན་ཅན་ལ་ཅི་ཡང་འོར། །ཞེས་འདོན་  
 པའི་དཔེ་ལྟར་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་བསམས་པས་བྱས་  
 པའི་རྟགས། བཟོད་པ་ལ་གསར་དུ་སྦྱར་རུང་ན་གཏམ་  
 ལ་ཡང་མི་རུང་བའི་ཤེས་བྱེད་ཅི་ཡང་མེད་དོ།

སྐབས་འདིར་ཡང་གུང་ཐང་བདེ་སྒྲིལ། མོ་ཡི་རྟགས་ལ་  
 སྦྱོར་པའི་རྟགས་ཅན་དུ་བྱས་པ་ལ་སོགས་པ་རྟགས་  
 གཞན་བྱས་ཀྱང་སྦྱོར་མེད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཤིན་  
 ཏུ་མ་བརྟགས་པའི་བབ་ཅོལ་ཏེ། སྐབས་འདིར་རྟགས་  
 ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ལ་རྒྱ་དཔེར་ཅི་རྒྱ་ཞེས་འབྱུང་བ་མི་  
 འོར་བ་བྱ་བའི་རྟགས་སམ་མཚན་མ་སྟེ། དེ་ཉིད་བཟོད་  
 པ་ཁོ་ན་ལ་ཡོད་པ་དང་གཏམ་ལའང་ཡོད་པ་དཔྱེད་  
 པའི་སྐབས་ཡིན་གྱི། ཐོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྟགས་གསུམ་

འཆད་པའི་སྐབས་མིན་ལ། གལ་ཏེ་ཡིན་དུ་ཚུག་ཀྱང་  
མཚོག་གིས་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་  
ལྟར་སྒྱུར་བཏང་དང་དམིགས་བསལ་ལྟ་བུའི་སྐབས་  
ཐོབ་ཀྱི་ངེས་པ་འཆད་དུ་ཡོད་ན་དེར་ཟད། རྒྱ་མཚན་ཅི་  
ཡང་མེད་པར་རྟགས་དགྲུགས་པས་སྒྱུན་དུ་མི་འགྱུར་ན།  
ངང་མོ་བཞིན་དུ་ཟླ་བ་དཀར། །སོགས་ཀྱང་སྒྱུན་དུ་ཅི་  
ལ་འགྱུར། རྟགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ལ་སོགས་པའང་  
དགོས་པ་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །

ལྷས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྤེལ་མའི་སྐྱོར་བཤད་པ།

ལྷས་གསུམ་པ་ནི།

སྤེལ་མ་སྒྲོས་གར་ལ་སོགས་ཏེ། །

དེ་དག་ནྐམས་ནི་གཞན་ན་རྒྱས། །

སྒྱུག་པ་ཚོགས་བཅད་རང་བཞིན་འགའ་འང་། །

ཅ་སྦྲ་ཞེས་པར་མངོན་པར་བརྗོད། །

སྤྱི་ཏ་དང་། རང་བཞིན་དང་། ཟུར་ཆག་དང་། ཤ་  
 ཟའི་སྐད་སྟེ་སྐད་རིགས་བཞི་སྟེ་ལ་བའི་སྟེ་ལ་མ་དང་།  
 ཆོག་བཅད་ལྷག་སྟེ་ལ་མའི་སྟེ་ལ་མ་སྟེ་གཉིས་ཀ་འདིར་  
 སྟན་ངག་གི་ལྷས་གསུམ་པར་བཞག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་  
 དང་པོ་ནི་སྟ་ར་ཏ་དང་ཀོ་ཏ་ལ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་གར་  
 གྱི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན། གཉིས་པ་  
 ཅ་སྦྲ་ཞེས་པའི་མཆན་གཞི་ངོས་འཛིན་པའི་སྐབས་སུ།  
 རྒྱ་གར་བའི་བསྟན་བཅོས་བྲུངས་མ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱན་  
 ཆགས་མ་བཅད་པ་ཉིད་ལ་ངོས་བབྲུང་བ་ཡོད་པ་ནི་  
 དཔེར་ན། འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོམ། གང་ཞིག་བརྗོད་པ་  
 བཞིན་དུ་མཆན་མར་བཅས། །དབུགས་མཆོམས་བཅས་  
 གསལ་ལྷག་པ་ཆོགས་བཅད་དངོས། །དེ་འདིར་ཅ་སྦྲ་  
 ཞེས་པར་བརྗོད་པ་སྟེ། །འདུལ་བྱེད་མ་དང་ཞོར་སྟེ་

བུས་བྱིན་སོགས། །ཞེས་རྒྱན་ཆགས་མ་བཅད་པའི་དམྱ་  
 ཀ་ཉིད་ལ་ཅ་སྒྲ་ཞེས་བཞག་པ་དང་། ལྷ་མ་ཉི་འདོད་  
 པ་ལྷར་བཞེད་པ་དང་གཏམ་གཉིས་ཀྱང་རིགས་ཐ་དད་  
 ཏུ་བཤད་པ་ནི། གཞུང་འདི་མཛད་པོ་སྒྲིབ་དཔོན་  
 དམྱའི་བཞེད་པ་དང་མི་མཐུན་པའི་ལྷགས་སྒྲིབ་ཐ་དད་  
 པ་ཞིག་གོ། །གཞུང་འདི་དང་འདིའི་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་  
 དགོངས་པ་ནི་རྒྱན་ཆགས་མ་བཅད་པ་ཅ་སྒྲ་ཡིན་པར་  
 མ་ཟད་འང་གི་སྒྲས་བཅད་སྒྲུག་སྒྲེལ་མ་ལའང་ཅ་སྒྲའི་  
 སྒྲ་འཇུག་པས། དེ་ཉིད་འདིར་སྟན་ངག་གི་ལྷས་གསུམ་  
 པར་བཞག་ནས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདིའི་མགོར་སྒྲེལ་  
 མ་ཞེས་འབྱུང་བ་འདིར་ཡང་རྗེས་སུ་འཇུག་གོ། །འོ་ན་  
 སྒར། དེ་ཡང་ཆོགས་བཅད་སྒྲུགས་པ་དང་། །སྒྲེལ་མ་  
 རྣམ་གསུམ་ཉིད་ཏུ་གནས། །ཞེས་གསུངས་པ་དང་། །སྒྲིབ་  
 པར་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་མདོར་བསྟན་  
 དང་། འདི་རྒྱས་བཤད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདི་

རི་ལྷགས་པ་དང་ཆོགས་བཅད་སྤེལ་བའི་རང་བཞིན་  
 ཅེས་པ་ལ་བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་བསྐྱུས་ནས།  
 ལྷགས་པ་ཆོགས་བཅད་རང་བཞིན་འགའང་། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱལ་བའི་སྐྱེས་རབས་སོ་བཞི་  
 པ་དང་། རྒྱ་གར་དུ་ཡོད་པའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས།  
 བྲ་ཏ་ར་ཏ་དང་། བྲ་ཏ་ས་ན་ཟེར་བ་སོགས་ཡིན་པར་  
 བཤད་པས། འདི་ཐད་གྱི་རྒྱ་སྐྱེའི་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་འདི་  
 ལྟར་འབྱུང་། ལྷགས་པ་དང་ཆོགས་བཅད་དག་གི་རྣམ་  
 པ་ནི་ལྷགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་འདྲེས་མ་སྟེ་  
 ཅུ་ལོ། །ཅུ་ཞེས་པའི་མིང་ཅན་དེ་སྟན་ངག་གི་ལྷས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཡིན་ཏེ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ལོ། །ཡང་གི་  
 སྐྱེས་ཅུ་ལོ་ན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཡང་རྣམ་པར་  
 འདྲེས་པར་ཡོད་པས་ཅུ་ཞེས་བྲ་སྟེ་དེ་ཡང་སྐྱེས་  
 རབས་ལ་སོགས་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས། སྤེལ་མ་གང་  
 ཞིག་ལྷག་པ་མང་བ་ལ་བར་བར་དུ་ཆོག་བཅད་ཀྱང་ཅི་

རིགས་འདྲེས་པ་ཞིག་སྟེ་དེའི་མིང་ཙམ་ཞེས་བྱ། དེའི་  
 ཕྱིར་ཀུན་མཁྱེན་པ་རྣམས་དཀར་པོས། སྤེལ་མ་ལ་འགའ་  
 ཞིག་རྒྱན་ཆགས་འཛིན་ལ། དེ་ནི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་  
 རྒྱུ་ཚལ་དུ་མཁས་པས་བཞག་པས་མི་འཐད། རང་  
 ལྷགས་སྤེལ་མ་སྒྲོས་གར་ལྟ་བུའམ་ལ་སོགས་པ་སྦྱོས་པའི་  
 རབས་ལྟ་བུ་ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ། འོན་ཀྱང་རྒྱན་ཆགས་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་རྒྱུ་ཚལ་དུ་མཁས་པས་འཛིག་  
 ཅེས་གསུངས་རྒྱ་ནི་རྒྱན་ཆགས་བཅད་པའོ། །གཞན་  
 བོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ཕལ་ཆེར་དུ་ཆོགས་བཅད་དང་སྤྱུགས་  
 པ་སྤེལ་མར་ཡོད་པ་གང་ཞིག་སྐད་རིགས་ཆེན་པོ་བཞི་  
 འདྲེས་པ་ཞེས། ཆོག་བཅད་སྤྱུགས་སྤེལ་བ་དང་སྐད་  
 རིགས་བཞི་སྤེལ་བ་གཉིས་ཀ་གཞི་གཅིག་ལ་ཆང་དགོས་  
 ཤིང་། མ་ཆང་ན་ལྷས་གསུམ་པ་མི་འགྲུབ་པ་ལྟ་བུའི་  
 བཤད་སྒྲོས་བྱུང་ཡང་། དེ་འདྲར་མ་ངེས་པ་སྦྱོས་རབས་  
 སོ་བཞི་པ་འདིའི་མཚན་གཞིར་འཛིག་པས་ཀྱང་ཤེས་ལ།



གཞུང་ཆོག་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་འགྱུར་བཅས་པར། ལྷག་  
 པ་ཆོགས་བཅད་རང་བཞིན་འགའ་འང་། ཁྱིལ་འབྱུང་  
 བ་ལྟར་ལེགས། འོན་ཀྱང་དཔང་ལོས། རྒྱན་ཆགས་མ་  
 བཅད་པ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པར་གཏན་ནས་མི་བཞིན་  
 པས། འདིའི་འང་སྤྱོད་གར་གྱི་བལྟན་བཅས་སུ་ཡོད་  
 པའི་སྐད་རིགས་བཞི་སྟེང་བ་དེ་ལུས་གསུམ་པར་གོང་  
 ཏུ་བཤད་ཟེན་ནས། དེ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་ཅ་སྟེ་ཁྱིལ་པའི་  
 མིང་ཅན་ཆོག་བཅད་ལྷག་སྟེང་མ་དེ་ཡང་དེར་སྟུང་  
 པའི་དོན་ཏུ་བཤད་པ་ནི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་  
 ཞིང་། འང་སྤྱོད་ནི་འདིར་ཡང་སྟེང་མ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་  
 རྒྱན་ཆགས་མ་བཅད་པའང་སྟུང་པའི་དོན་ཏུ་སྟོབ་  
 དཔོན་རྣམས་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་  
 རང་ཏུ་འང་གི་སྤྱོད་ཅ་སྟེ་ཁོ་ན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། འདི་ཡང་  
 རྣམ་པར་འདྲིས་པ་ཡོད་པས་ཅ་སྟེ་ཁྱིལ་བྱ་སྟེ། ཁྱིལ་  
 གསུངས་པ་ཉིད་ལས་ཤེས་སོ། །

གཉིས་པ་ལྷས་སྐད་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བས་བཞིར་བཞག་པ་  
ལ་གསུམ། སྐད་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་། སྐད་རིགས་སོ་  
སོར་བཤད་པ་དང་། དེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་  
བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ངག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་ཀྱང་། །

ལེགས་སྦྱར་དེ་བཞིན་རང་བཞིན་དང་། །

བྱར་ཆག་འདྲེས་མ་ཞེས་པ་སྟེ། །

རྣམ་པ་བཞི་རྩ་མཁས་པས་གསུངས། །

སྟོན་དུ་བཤད་པའི་ངག་གི་རང་བཞིན་སྟན་ངག་གི་  
ལྷས་གསུམ་པོ་དེ་དག་ཀྱང་རེ་རེ་ཡང་ལེགས་སྦྱར་ཏེ་སྤྱི་  
སྟོན་ཏེ་འབའ་ཞིག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱི་ཏེ་རང་  
བཞིན་དང་། ཨ་མ་སྟོན་ཤ་བྱར་ཆག་འབའ་ཞིག་པ་དང་།  
འདྲེས་མ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་རྣམས་བསྐྱེས་པ་སྟེ་རྣམ་པ་བཞི་

རུ་སྒོན་གྱི་མཁའ་པ་མཆོག་ནྟམས་གསུངས་སོ། །ཤ་ཟའི་  
སྐད་འབའ་ཞིག་གིས་བྱས་པ་ནི་སྐབས་གྱི་དབང་ལས་  
འདིར་ལེགས་པར་མ་བཟོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ལེགས་སྐྱར་ཞེས་བྱ་སྟ་ཡི་ནི། །

སྐད་དུ་དང་སྤང་ཆེན་པོས་གསུངས། །

དེ་སྐྱེས་དེ་མཚུངས་ཡུལ་ཅན་ཞེས། །

དུ་མར་རང་བཞིན་དག་གི་རིམ། །

ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོ་ལ་བཏིན་སྐད། །

ལེགས་བཟོད་རིན་ཆེན་དག་གི་མཆོ། །

སེ་དུས་བཅིངས་སྟགས་རང་བཞིན་གང་། །

རང་བཞིན་མཆོག་དུ་གྱུར་པར་རིག། །

སྐྱོ་ར་སེ་ན་གྱི་ཁ་དང་།

ལྷ་སྒྲི་གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་ཡི།

སྐད་ནི་རང་བཞིན་ཉིད་ཅེས་བྱའི།

ཐ་སྐད་རྣམས་ལ་ཉེ་བར་འགྱུར།

བ་ལང་རྩེ་ལ་སྐྱོ་གས་པའི་ཆོག།

སྐྱོ་ངག་ལ་བྱུར་ཆག་ཅེས་གནས།

བསྐྱོ་བཅོས་རྣམས་ལས་ལེགས་སྐྱུར་ལས།

གཞན་པ་བྱུར་ཆག་ཉིད་དུ་བརྗོད།

དེ་ཡང་དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་འགྲེལ་ཆེན་དྲི་མེད་  
འོད་དུ། ལྷ་རྣམས་ལྷའི་སྐད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ་  
བའི་ཆེད་དུ་ཞེས་དང་། སྐྱོ་བ་དཔོན་ཨ་མུ་ཀ་རས་བསྐྱོ་  
བཅོས་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་དགོངས་ཀྱིན་དུ། ལྷ་ཐམས་ཅད་

འཕགས་པའི་སྐད་དུ་སྤོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤོ་སྤོ་  
 ཏ་ནི་སྤོ་སྐད་དུ་དང་སྤོ་ཆེན་པོས་ཏེ་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས་སོ། །གཞན་  
 ཡང་ལེགས་སྐྱར་དེ་ཉིད་ཅུང་ཟད་ཟུར་ཆག་པ་ལས་  
 ཟུང་བས་དེ་ལས་སྐྱེས་པའམ་དེ་དང་མཚུངས་པའི་སྐད་  
 ནི་ཕྱ་གྱི་ཏ་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་ཏེ། དེ་ནི་ཡུལ་འཁོར་  
 ཆེན་པོ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ཡིན་པས་སྐད་དེ་ཉིད་ཡུལ་  
 འཁོར་ཆེན་པོ་ཅན་ཡིན་པས་ན་ཡུལ་ཅན་ཞེས་བྱ།  
 ལེགས་སྐྱར་ནི་རྣམ་པ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་མོད་ཀྱང་རང་  
 བཞིན་གྱི་སྐད་ནི་ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་བྱེ་བྲག་ཡུལ་སོ་  
 སའི་དབང་གི་རིམ་པ་དུ་མར་ཡོད་པ་ལས་ཡུལ་འཁོར་  
 ཆེན་པོའི་དབུས་འགྱུར་འཆང་མ་ག་རྣམས་པའི་སྐད་ནི་  
 ལེགས་སྐྱར་དང་ཤིན་ཏུ་ཐག་ཉེ་བས་ལེགས་བརྗོད་དམ་  
 ལེགས་པར་བཤད་པ་ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆའི་ཚྭ་གས་དུ་  
 མའི་འབྲུང་ཁུངས་སུ་གྱུར་པའི་མཚོ་ཞེས་གསུགས་ཅན་

གྱི་རྒྱན་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱགས་པའོ། །འོ་ན་སྐད་དེ་ཉིད་  
 འབའ་ཞིག་པར་བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅོས་གང་དུ་  
 མཐོང་ཞེ་ན། སེ་དུས་བཅིངས་པ་སོགས་གསུངས་པའི་  
 སེ་དུ་ཟམ་པ་དང་ཡུར་བ་སོགས་ལ་འཇུག་མོད། དཔང་  
 ལོ་ཆེན་པོས་ལེའུའི་མིང་དུ་གསུངས་པས་ལེའུས་  
 བཅིངས་པ་ཞེས་འགྲེལ་གྲང་ཆོག རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ནས་  
 རྒྱལ་པོ་རྩ་མ་ཆས་སྤེལ་དུ་དམག་བརྩུག་སྐབས་སྟོ་  
 ཕྱིགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ་སེ་དུ་བྱས་སྟེ་ཟམ་པ་  
 བརྩུགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་སྟན་པར་དུ་བྱས་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་དུ་བརྩམས་པ་ཞིག་འདིའི་  
 མཚན་གཞིར་བཞག་ནས། དེ་ཉིད་གང་གིས་བརྩམས་  
 པའི་སྐད་དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་ཀྱི་ནང་ནས་གྲང་  
 རང་བཞིན་གྱི་སྐད་མཚོག་ཡུལ་དབུས་མ་ག་རྩ་པའི་  
 སྐད་དེ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་བྱར་རིགས་སོ་ཞེས་  
 བཤད། དཔེ་ལ་ལར་སེ་དུ་ཞེས་བྲིས་པ་ནི་ཡིག་འོར་རྒྱན་

འབྲེལ་པ་ལོ། །གཞན་ཡང་ཡུལ་འཁོར་ཆེན་པོར་  
 གཏོགས་པ་གོ་ཏེ་ཤར་ཕྱགས། སྤོར་སེན་དཔའ་བོའི་  
 རྩེའམ་ལྷའི་རྩེ་ཞེས་པའི་ཡུལ་སྤོར་ཕྱགས། ལྷ་རྩེ་རུབ་  
 ཕྱགས། པར་ལྷ་ལྷ་ལེན་ཏེ་བྱང་ཕྱགས། གཞན་ཡང་དེ་  
 དང་འདྲ་བ་ཀུན་ལྷ་དང་། ལྷ་ར་ལྷ་དང་། བེ་དམ་དང་།  
 མ་ཏི་ལྷ་དང་། བ་ར་ཏ་དང་། བེ་ཤ་རྣམས་ཀྱི་སྐད་ནི་  
 རང་བཞིན་མཆོག་མ་ག་རྣ་པའི་སྐད་དང་ཉེ་བས་སྟན་  
 ངག་དང་སྒྲིམ་གར་གྱི་ཐ་སྐད་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་གྱི་  
 སྐད་གྱི་ཁོངས་སུ་ཉེ་བར་བསྐྱུ་བར་འགྱུར་རོ། །བྱུར་ཆག་  
 ནི་སྟོན་ལྷ་བྱུབ་འཇུག་གིས་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཕྱན་ཞིག་ཏུ་  
 བ་ལང་སྐྱོང་བའི་རྩེ་བོ་བྱས་ཤིང་ཆར་ཆེན་པོ་བབས་  
 པའི་ཆོ། རི་བོ་བཏེག་ནས་བ་ལང་གི་བྱུ་རྣམས་བསྐྱུང་  
 བར་བྱས་པས་བྱུབ་འཇུག་བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཀྱིས་བ་ལང་གི་  
 བྱུ་བདག་པོར་བསྐྱོས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་། དེས་བྱུབ་  
 འཇུག་གི་མིང་ལའང་གོ་བོ་རྣམས་ལང་རྩེ་ཞེས་གྲགས་པ་

སྟེ། དུས་དེར་བྱུང་འཇུག་བ་ལང་རྩིའི་ཚུལ་བསྟན་པའི་  
 ཏེན་འབྲེལ་གྱིས་ཡུལ་དེར་བ་ལང་ལ་སོགས་པའི་ཕྱགས་  
 ཤིན་ཏུ་མང་ཞིང་། ཡུལ་དེ་པ་རྣམས་ཀྱི་མི་སྤྱོད་ཅིང་  
 སྐད་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་མ་དག་པར་སྤྲོ་བས། དེ་ཉིད་སྒྲིམ་གར་  
 དང་སྟན་ངག་རང་ལྷགས་ཀྱི་བྱར་ཆག་ཏུ་བཞག་སྐད་  
 དེ་ལའང་བ་ལང་རྩིའི་སྐད་ཏུ་གྲགས་ཏེ། རྒྱ་ཀ་ཀུ་མ་རྟེ་  
 རུར་ཡང་། སྟན་ངག་ལས་ནི་བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པའི་  
 ངག་རྣམས་དེར་འདོད་དོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འཛིག་ཏེན་  
 ན་བྱར་ཆག་གི་སྐད་ཅེས་རབ་ཏུ་གྲགས་སོ། །ཞིས་  
 འབྱུང་། བརྩ་སྒྲིང་པའི་བསྟན་བཅས་རྣམས་ལས་ནི་སྤྲོ་  
 སྒྲི་ཏ་ལས་གཞན་པའི་སྐད་ཐམས་ཅད་དང་། མཆོམས་  
 སྒྱུར་ཉམས་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོ་ཉམས་རྣམས་ཀྱང་དབྱེ་  
 བ་མེད་པར་བྱར་ཆག་ཏུ་འཛིག་པ་ཡིན་ཏེ། འདོད་  
 འཛོར། སྤྲོ་རྩིས་སུ་བསྟན་པ་ལེགས་པར་མ་སྒྱུར་བའི་  
 སྟན་ངག་ལ་སོགས་པའི་སྤྲོ་ནི་ཨ་བ་ཤུལ་ཏེ་སྤྲོ་ཉམས་



ཕའོ། །དེ་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་སུ་བསྟན་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་ལས་བྱུང་ཆག་ཏུ་བཟོད་དོ། །ཞེས་དང་། སྐྱེས་  
 ཉམས་པ་སྟེ་འདི་སྐྱེས་ངན་པར་གྱུར་པས་ཨ་བ་སྟོ་ཤེས་  
 བྱུང་ཆག་གམ་སྐྱེས་ངན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་། སྐབས་འདིར་  
 དཔང་རྟེན་ཏུ། བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པ་སྟུན་པོ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཆོག་སྟུན་སྐད་ནི་སོགས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་  
 འབྲེལ་རྣམས་སུ་ཕྱགས་རྩིས་མཆོན་པའི་སྟུན་པོ་རྣམས་  
 ཀྱི་སྐད་ཅེས་བགྲལ། རྩི་བོད་མཁས་པས་བྱུང་ཆག་གི་  
 སྐད་ཏུ་སྐྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་ཡོད་ཅེས་པའི་བྱུང་ཆག་  
 གཞུང་འདིར་སྟན་ངག་རང་ལྷགས་དང་བསྟན་བཅོས་  
 ལ་གྲགས་པའི་བྱུང་ཆག་གཉིས་བཤད་པ་དེ་གང་རུང་  
 ཡིན་ནམ། དེ་མ་ཡིན་པའི་མཆོན་གཞི་བྱུང་པ་ཞིག་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་ཡོད་ཅེས་རྣམ་པར་དབྱེད་ན། དང་པོ་མི་  
 འཐད་དེ། བ་ལང་རྩི་ལ་སོགས་པ་བཟོད་པ་མི་ཤེས་པ་  
 སྟུན་པོ་གྲོང་པའི་ཆོག་དེ་ནི་སྤང་དགོས་པར་གསུངས་

བ་དང་། འོག་དུ། ཆོག་སྒྱུར་མཆོག་མེན་འདོད་བ་ནི། སྒྱ་  
 ཉམས་ཡིན་ཏེ། ཞེས་མཆོག་མེན་པའི་ཡུལ་དམན་བ་ལ་  
 གྲགས་པའི་ངག་ནི་སྒྱུན་བཅུའི་ནང་ཆོན་གྱི་སྒྱ་ཉམས་  
 སུ་བཤད་བས་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། གཉིས་བ་ལ་ཡང་མི་  
 འཐད་དེ། ལེགས་སྒྱུར་ལས་གཞན་པའི་སྐད་ཐམས་ཅད་  
 ཟུར་ཆག་ཡིན་ན་སྐར་ཀ་སོགས་རང་བཞིན་གྱི་སྐད་དུ་  
 སྒྱུར་བ་དག་ཀྱང་ཟུར་ཆག་དུ་འགྱུར་བས་རང་གི་  
 མཆོན་ཉིད་འཛིན་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་བ་ལྟར་  
 ན་ཡང་མཆོན་གཞི་གསར་དུ་ངོས་འཛིན་དགོས་ཤིང་།  
 དེ་བྱུང་ཡང་གཞུང་དུ་དེ་བོར་ནས་མ་ཡིན་བ་དེ་གཉིས་  
 བཤད་བ་ཡོད་པའི་སྒྲོ་བོར་མེད་པའི་སྤང་འཆག་པའི་  
 དཔེར་སོང་བའི་འགལ་བ་སྤང་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 འགྲེལ་བར་དོགས་སྤང་བཀོད། ཟུར་དུ་ངོ་ཆོག་ཆངས་  
 པའི་མགོན་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་མཛད་པའི་ནང་དུ་ཡང་།  
 ཚེས་ར་སོགས་ཟུར་ཆགས་བསྟན་བཅོས་ཉིད། ཡོད་

ཕར་བཤད་འདི་སྟན་ངག་རང་ལྷགས་དང་། །བསྟན་  
 བཅོས་ལ་གྲགས་ཟུར་ཆག་གཉིས་གསུངས་པ། །གང་རུང་  
 ཡིན་ནམ་དབྱེ་བ་གཞན་ཡོད་ཅི། །ཞེས་འགོད་ཕར་  
 མཛད་ཅིང་། དེ་དུས་ཀྱི་མཁས་པ་རིགས་ལམ་ལ་མཁྱེན་  
 པ་རྒྱས་པ་འགའ་ཞིག་ལའང་དོན་འདི་དྲི་བ་མཛད་  
 པའི་ཡིག་ཆུང་ལན་དང་བཅས་པ་གཞན་ཞིག་ཀྱང་  
 མཐོང་། བོད་མཁས་པ་རང་གིས་རང་ལན་མཛད་པ་  
 སྟགས་མང་པོ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་  
 ཐུགས་ཐག་ཆོད་པའི་ལན་གཞུང་ཐོག་ཏུ་འགོ་ངེས་པ་  
 ཡང་མི་འདུག། འདི་བཞིན་ཡིན་ནམ་དགོངས་པའི་ཆོད་  
 འཛིག་ལྟ་བུར་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པའི་སྐད་རིགས་བཞི་  
 རི་འཛིག་རྟེན་སྤྱི་ལ་ཡོངས་གྲགས་སྤྱིར་བཏང་གི་དབང་  
 ཏུ་བྱས། སྟན་ངག་རང་ལྷགས་དང་བསྟན་བཅོས་པའི་  
 ལྷགས་ཀྱི་ཟུར་ཆག་ནི་དམིགས་བསལ་བྱེ་བྲག་པ་ཡིན་  
 པས་བསྟན་བཅོས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་པ་དང་། ངག་གི་

རང་བཞིན་དེ་དག་གྱང་། ཁྱེས་པ་ནས། གཞན་པ་ཟུར་  
 ཆག་ཉིད་དུ་བཟོད། ཅེས་པའི་བར་ནི་ནང་གསེས་གྱི་  
 བྱང་པར་འགའ་ཞིག་སྟོན་དུ་བཟོད་པ་ཡིན་པས། དེས་  
 འོག་གི་བསྟན་བཅས་ལ་བྱབ་པར་མི་འགྱུར། ཁྱེས་  
 གསུངས་པ་སོགས་བྱགས་སྟབས་མི་བདེ་བའི་རྣམ་པ་ཅི་  
 ཡང་བྱང་བ་མཚོན་པའི་གསུང་ཙམ་ལས་ངེས་པ་འདི་  
 ཡིན་གྱི་གསལ་ཆ་མི་འདུག་མོད། གཞུང་གི་དགོངས་པ་  
 རྒྱ་འགྲེལ་གྱིས་བཀྲལ་བའི་དོན་ནི་སྤར་བཤད་ཟེན་པ་  
 ལྟར་ཡིན་པས། དེ་ཚུལ་བཞིན་གོ་བ་ཁོ་ནས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་  
 མདུད་པ་དགོལ་བར་རྒྱས་མོད། འདིར་ཡང་ཅུང་ཟད་  
 དཔྱད་ན་བོད་འགྲེལ་མཁན་པོ་སྤྱི་ཉི་ལྟགས་ཡུལ་དུ་ཤར་  
 བའི་འགྲེལ་ཚུལ་ལྟར་ན། བོད་མཁས་པས་ཇི་ལྟར་  
 བཀོད་པའི་དོགས་པ་དེའི་གཞི་བྱེད་ངེས་པར་འདུག་  
 ཅིང་། བ་ལང་རྩི་ཁྱེས་པ་སྤྱི་བྱབ་གྱི་བྱགས་རྩི་ཞིག་ལ་  
 ངོས་བབྱང་། དེས་མཚོན་པའི་སྟོན་པོ་རྣམས་གྱི་སྐད་དུ་

བརྩམས་པ་ཞེས་འབྲེལ་རྒྱ་ཡིན་ན། རྒྱ་དཀར་ནག་བོད་  
གསུམ་དུ་ཡོད་པའི་སྤྱན་པོ་ནམས་ཀྱང་སྐད་མི་འདྲ་བ་  
ལྟ་བུས་སྤྱན་པོའི་སྐད་ཟེར་བ་ཞིག་ལྷགས་སུ་གང་ན་  
ཡོད་དཔྱད་པས་གསལ་ལ། སྐད་མཆོག་དམན་གང་ཡིན་  
ཀྱང་དེ་རང་གི་ལྷགས་ཀྱི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་བརྒྱ་དང་  
འགལ་བའི་ཚུལ་དུ་སྤྱར་བ་ལ་ངོས་འཛིན་ན་ནི་མཆོག་  
གི་གཞུང་དང་འགལ་བའི་ཆོག་སྤྱར་མཆོག་མིན་དུ་  
འགྱུར་བས་སྤང་བའི་སྤྲ་ཉམས་སུ་ངེས་པར་འགྱུར་བས་  
གཞོད་ལ། སྤྱར་བཏང་གནག་རྩི་སྤྱན་པོས་སྤྱར་བའི་  
སྤྱན་ངག་ནི་རི་བོང་གི་རྩ་བཞིན་དུ་འགྱུར་ལ། གལ་ཏེ་  
ལྟའི་དངོས་གྲུབ་ལྟ་བུས་སྤྲ་གནག་རྩི་སྤྱན་པོ་ཡིན་  
ཀྱང་ནག་མའི་འཁོལ་པོ་བཞིན་སྤྲ་བུར་དུ་ངག་གི་  
དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོར་སོང་བ་ཡིན་ན་ནི་སྐད་ཀྱང་སྤྱན་  
སྐད་དུ་སྤྱར་ཅི་སྟེ་དགོས། རྩི་བོད་མཁས་པས་རང་ལན་  
དུ་འགོད་པར་མཛད་པ་དེ་ཡང་སྤྱན་ངག་དང་སྤྲོས་

གར་བའི་རང་ལྷགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་བཞི་པོ་དང་།  
 འཛིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་བཞི་མི་འདྲ་ན་  
 འབྱེད་ཆོས་ཅི་ཡོད་དང་། ངག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་  
 ཀྱང་། །སོགས་སྟོ་ཀ་ནི་སྐད་རིགས་བཞིའི་མདོར་བསྟན་  
 དང་། ལེགས་སྦྱར་ཞེས་བྱ་སོགས་སྟོ་ཀ་རྒྱག་སྐད་བཞིའི་  
 རྒྱས་བཤད་མ་ཡིན་ན་སྟོས་ཏེ་ཅི་ལ་གསུངས། ཡིན་ན་  
 མདོར་བསྟན་གྱིས་རྒྱས་བཤད་ལ་མ་བྱུང་ན་ཅིར་འགྱུར།  
 རྟན་ངག་རང་ལྷགས་ཀྱི་སྐད་རིགས་བཞི་པོ་སོ་སོར་  
 བརྒྱམས་པའི་བསྟན་བཅོས་མེད་ན། ལེགས་སྦྱར་སྐྱེས་  
 བཅིངས་ལ་སོགས། །ཞེས་པའི་སྟོ་ཀ་གཉིས་ཀྱི་དོན་ཇི་  
 རྟར་འགྲེལ་སོགས་ཞིབ་ཏུ་དབྱེད་པས་རང་བཞིན་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་སྐད་  
 རིགས་མཆོག་དམན་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། གང་ཟག་མཁས་  
 རྟན་ལ་བསྟོས་ནས་ཆོག་སྦྱར་ཤེས་མ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ས་  
 འཛིག་པ་མ་ཡིན་པའི་གནད་གོ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་

བོད་སྐད་ཀྱང་ལེགས་སྒྱུར་སོགས་ལ་སྟོས་ན་སྐད་མཆོག་  
 མ་ཡིན་པས། སྒྱུར་བྱེད་པ་ལ་ཆེར་དང་སྒྲ་བྱེད་གྱི་བྱ་  
 དཀའ་བའི་རིགས་འགའ་ཞིག་སྒྱུར་དུ་མི་བདུབ་པ་  
 དང་། ཟེབ་སྒྱུར་བསྒྲིག་དུ་མེད་པ་སོགས་ཀྱིས་མཐའ་  
 འཁོབ་རི་བྲག་པའི་བྱེད་སྐད་ཀྱི་ཐ་སྐད་འདོགས་དགོས་  
 ཀྱང་། བོད་སྐད་ལ་མཁས་པས་སྒྱུར་བའི་བསྟན་བཅོས་  
 ཡང་དག་རྣམས་སྒྲ་ཉམས་སུ་མི་འགྱུར་ཞིང་བསྒྲགས་  
 པར་འོས་པ་ཉྱར། བ་ལང་རྗེའི་སྐད་ལ་མཁས་པས་སྒྱུར་  
 བའི་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་ཀྱང་སྐད་བྱུར་ཆག་ཡིན་  
 མོད་སྒྱུར་ཚུལ་ལ་སྒྲ་ཉམས་ཀྱི་སྒྱུར་མི་འཇུག་པའི་  
 གནད་དེ་ཉྱར་ཡིན། སོགས་ཁོངས་ནས་སྐད་རིགས་  
 དམན་པ་མཐའ་འཁོབ་རི་བྲག་པའི་སྐད་གཞན་ཡང་དེ་  
 དང་འདྲ་བར་སྟན་ངག་རང་ལུགས་ཀྱི་བྱུར་ཆག་དུ་  
 བསྒྱུ་བའོ། །

གསུམ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྩམས་པའི་བསྟན་བཅས་ནི།

ལེགས་སྦྱར་སྐྱུ་སྐྱུ་བཅེངས་ལ་སོགས། །

རང་བཞིན་སྐྱོ་ཀ་སོགས་དང་། །

བྱར་ཆག་ཨོ་ས་ར་སོགས་ཏེ། །

སྒྲིམ་གར་ལ་སོགས་འདྲེས་པའོ། །

གཏམ་སོགས་སྐད་རྣམས་ཐམས་ཅད་དང་། །

ལེགས་སྦྱར་གྱིས་ཀྱང་བཅེངས་པ་སྟེ། །

མད་བྱང་དོན་ཅན་རྒྱ་ཆེའི་གཏམ། །

འབྱུང་པོའི་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་བརྗོད། །

ལེགས་སྦྱར་སྐྱུ་སྐྱུ་ཏའི་སྐད་ཀྱིས་བརྩམས་པས་སྐྱུ་  
བཅེངས་པ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་  
དང་། གཞན་ཡང་འདྲེས་པ་དང་བསྟོད་པ་ལ་སོགས་



པའོ། །རང་བཞིན་གྱི་སྐད་མཆོག་གིས་བརྒྱམས་པ་སེ་དུ་  
 ལྷོ་ར་མེ་ཤུ་ར་ཏེ་སྤར་བཤད་ཟེན་པ་དེའོ། །ཕལ་པས་  
 བརྒྱམས་པ་རབ་མཆོག་སྤེས་བྱས་པ་སྐྱོ་ཀ་དང་གྲ་ཐུ་  
 ལ་སོགས་པའོ། །བྱར་ཆག་སྟེ་ཨ་མ་རྩི་ཤའི་སྐད་དུ་  
 བརྒྱམས་པ་ནི་ཨོ་ས་ར་དང་། སོགས་པས་ར་ས་ག་ལ་  
 སོགས་པའོ། །སྒྲོས་གར་ནི་སྐད་ཐམས་ཅད་འདྲེས་པ་སྟེ་  
 སོགས་པས་སྟ་ན་ཀ་ལ་སོགས་པའོ། །གཏམ་མམ་བརྗོད་  
 པ་སྟེ་ཆོག་ལྷུག་པ་དང་། སོགས་པས་དེས་མཆོན་ཆོགས་  
 སུ་བཅད་པ་དང་སྤེལ་མ་རྣམས། རྗོད་བྱེད་སྐད་རིགས་  
 བཞི་པོ་གང་ཡང་རུང་བའམ། ཐམས་ཅད་བསྐྱེས་པའམ།  
 བསྟན་བཅོས་རྣམ་དག་ཕལ་ཆེར་ནི་སྐྱོ་ཏའི་སྐད་དུ་  
 སྤྱར་བ་ཤས་ཆེ་བས། གཙོ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་སྤར་ཡང་སྒྲོས་པ་  
 ལེགས་སྤྱར་གྱིས་ཀྱང་བཅེངས་པ་སྟེ་ལེགས་སྤྱར་གྱི་སྐད་  
 དུ་འང་བརྒྱམས་པའོ། །འོ་ན་སྐད་གཞན་གསུམ་པོ་གང་  
 ཡང་རུང་བ་འབའ་ཞིག་པས་བརྒྱམས་པ་ཡོད་པ་བཤད་

མ་ཐག་པ་ལྟར་ན། ཤ་ཟའི་སྐད་ཀྱིས་བཅིངས་པ་ཡིད་  
 དམ་ཞེན་ཡིད་དེ། འདོད་འཇོར། མད་བྱང་དོན་གྱི་  
 མཚན་ཉིད་མཚན། ཤ་ཟའི་སྐད་དངོས་སྦྱོད་ཡུལ་  
 ཆེ། ཁེ་ཞོན་བྱེན་ལ་སོགས་པ་ཡི། སྦྱོད་པ་ལྟ་བུ་གཏམ་  
 ཆེན་འབྱུང། ཁེས་འབྱུང་བ་ལྟར། མད་དུ་བྱང་བའི་དོན་  
 ཅན་སྐྱེ་ཆའི་གཏམ་མམ་གཏམ་སྐྱེད་ཆེན་པོ་ཁེས་བྱ་བ་  
 རི་འབྱུང་པོ་འམ་ཤ་ཟའི་སྐད་འབའ་ཞིག་པས་བརྩམས་  
 པ་སྟེ། འདིའི་སྐྱེད་པེ་ཀུན་མཁྱེན་རྣམས་ཀ་རའི་གཟིགས་  
 ལམ་དུ་ཡང་ཆུད་འདུག གཞན་ཡང་རིན་ཆེན་རབ་སྒྲུང་  
 ཁེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་ཡང་འབྱུང་པོའི་སྐད་  
 འབའ་ཞིག་ཡིན་པར་གྲགས་སོ། དེ་ལྟར་ན་སྐྱེད་པེ་དུ་  
 ཡུལ་ལ་སྐད་རིགས་བཞི་ཀ་ཚང་ཞིང་སྟན་ངག་ཀྱང་  
 དར་བས་དེ་འདྲའི་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་ཞིག་ཡིད་  
 འདུག་ཀྱང་། འོད་ལ་སྟན་ངག་ཏུ་ཅང་མ་དར་ཞིང་  
 སྐད་རིགས་བཞིའི་དབྱེ་བའང་མེད་པས་དེ་དེར་སྦྱར་

བའི་བསྟན་བཅོས་འགའ་ཞིག་གི་མིང་ཅམ་སྟོས་ཀྱང་

རྣམ་པ་གསལ་བར་མི་འཆར་བར་སྤང་ངོ་། །

གསུམ་པ་སྤར་ཡང་ལྷས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཞན་སྟོན་པ་ནི།

སྒྲིག་དང་རོལ་དང་སྟབས་ལ་སོགས། །

ལྷ་བའི་དོན་ཡིན་ཅིག་ཤོས་ཀྱང་། །

མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཅེས་པ། །

འདི་ཡང་ལྷགས་གཉིས་དག་ཏུ་བརྗོད། །

ལྷས་གཞོན་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིག་པ་དང་། རྣམ་འགྱུར་གྱིས་  
རོལ་པ་དང་གར་གྱི་སྟབས་དང་སོགས་ཁོངས་ནས་ཁ་  
དོག་དང་དབྱེབས་ལ་སོགས་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མིག་  
གིས་ལྷ་བའི་ཡུལ་ཏུ་གྱུར་པའི་གར་གྱི་ཚུལ་ཇི་སྟར་བྱ་བ་  
སྟོན་པའི་སྟན་ངག་ནི་སྟོས་གར་ཏེ་ལེའུ་བར་པའི་  
མཐར་སྟོས་གར་ཡང་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་ཏུ་བསྟན་པ་

གནད་འདིས་ཡིན། དེ་ནི་ལྟ་བ་མིག་གིས་འཛིན་པའི་  
 འོན་དགོངས་པ་ཅན་ཡིན་ཏེ། ལྟ་བའི་འོན་ལ་ནི་ཚུལ་  
 བྱེད་པ་གཙུག་པོའི་ཕྱིར་དེ་ལ་མཉན་བྱ་ཡོད་ཀྱང་གཙུག་པོ་  
 མ་ཡིན་པས་བརྗོད་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་  
 ཅིག་ཤོས་སྐྱེས་བཅེངས་པ་ལ་སོགས་པ་མཉན་པར་བྱ་  
 བ་ཁོ་ན་སྟེ། ཉན་པ་ལ་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་ཡིན་གྱི་ཚུལ་བྱེད་  
 པའི་འོན་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལྟ་བ་ལ་སྦྱར་བ་མ་ཡིན་  
 ནོ། །དེས་ན་དེ་གཉིས་ཀས་སྒྲིག་སོགས་ཀྱི་ཉམས་འཛིན་  
 ཞིང་སྟོན་པས་སྟན་ངག་ལུས་ཅམ་དུ་གཅིག་ཀྱང་ལྟ་བ་  
 དང་ཉན་པ་ལ་སྦྱར་བའི་བྱེད་པར་གྱིས་རིགས་མི་  
 མཐུན་པས། རྫོས་གར་ནི་རིག་པའི་གནས་ཚུང་བ་ལྔར་  
 འཛིག་པའི་ཆོ་ནའང་རང་རྐང་པ་གཅིག་ཡིན་པ་ལྟར།  
 འདིར་སྟན་ངག་གི་ལུས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དབྱེ་བ་ཅམ་སྟོན་  
 ཀྱི་རྫོས་གར་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་ནི་མི་འཆད་དོ། །ཡང་  
 གི་སྐྱེས་སྟན་ངག་གི་ལུས་སྒར་གསུམ་མམ་བཞིར་བཤད་

ཕ་དེ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་འདིར་ཡང་སྤྱད་པའོ། །སྐབས་  
 འདིར་རིན་སྤངས་པ་སྟ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་གིས་  
 སྐད་རིགས་བཞི་ནི་སྟན་ངག་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་ཡིན་པས་  
 ལུས་སྤྱི་མི་འགྱུར། ལུས་ཀྱི་དབྱེ་ཚུལ་གཞན་སྟོན་པ་འདི་  
 རྒྱན་མདོར་བསྟན་ཡིན་ཀྱི་ལུས་མིན་ཞེས་གསུངས་ཁོང་  
 རང་གི་མཛད་པའི་འགྲེལ་པར་ས་བཅད་དབྱེ་ཚུལ་ཀྱང་  
 དེ་བཞིན་མཛད། སྐད་རིགས་དང་ལུས་དབྱེ་ཚུལ་འདི་  
 གཉིས་པོ་ལུས་ཡིན་པར་གཞུང་ཆོག་དངོས་ཤུགས་གང་  
 གིས་ཀྱང་མ་བསྟན། །ཞེས་གསུངས་པའི་རྗེས་སུ་རྟེན་  
 མཛད་བྱེ་མ་ཀྱན་འབྲངས་མོད་ཀྱང་། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་  
 ཡིན་པས་ལུས་སྤྱི་མི་འགྱུར་ན་བཅད་སྤྱག་སྟེལ་མ་  
 གསུམ་པོ་ཡང་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཡིན་པས་དེར་ཐལ་བ་  
 དང་། གཞུང་ལས། ལུས་ནི་རེ་ཞིག་ཅེས་པ་སྐད་རིགས་  
 བཞི་སྟན་ངག་གི་ལུས་ཡིན་པར་ཤུགས་ཀྱིས་བསྟན།  
 སྟེལ་མ་སྟོས་གར་སོགས་རྐང་པ་གཉིས་ཀྱིས་དངོས་སུ་

བསྟན། ལྷས་གསུམ་པ་བཤད་པ་དང་སྒྲེལ་ནས། ངག་གི་  
 རང་བཞིན་དེ་དག་ཀྱང་། སྔགས་གསུངས་པའི་ཤེས་  
 བྱེད་དང་། རྒྱ་འགྲེལ་ལས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་སྟན་པ་  
 གི། སྔགས་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷས་རྒྱ་མཛོར་བསྟན།  
 ལྷས་ནི་སྔགས་སྟོ་ཀས་ལྷས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ།  
 ཆོགས་བཅད་སྔགས་སྟོ་ཀ་བྱེད་དང་བཅུ་གཉིས་ཀྱིས་  
 ཆོགས་བཅད་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་གཏམ་ཚུལ་སྔགས། རྒྱུ་  
 པ་མེད་པའི་སྔགས་སྟོ་ཀ་བརྒྱད་ཀྱིས་ལྷག་པའི་དབྱེ་བ་  
 དང་དོགས་དཔྱད། སྒྲེལ་མ་སྔགས་རྒྱུ་པ་གཉིས་སྒྲེལ་  
 མའི་མཛོར་བསྟན། དེ་ནས་རྒྱུ་པ་གཉིས་ཅ་སྟེ་རང་  
 བཞིན། ངག་གི་རང་བཞིན་སྔགས་རྒྱུ་པ་བཞི་སྟེ་  
 རིགས་བཞིའི་མཛོར་བསྟན། ལེགས་སྟུང་སྔགས་སྟོ་ཀ་  
 རྒྱུ་སྟེ་བཞིའི་རྒྱས་བཤད། སྟེ་དང་སྔགས་སྟོ་ཀས་  
 ལྷས་ཀྱི་དབྱེ་ཚུལ་གཅིག་བསྟན་པར་བཤད་པས་ན་ལྷས་  
 སྟུང་པ་ཉིད་འཐད་ཅིང་། སྟེ་ལས་འདིའི་གཞུང་ཆོག་

འདི་ཡང་ལྷགས་གཉིས་དག་ཏུ་བཟོད། ཞེས་པའང་ལྷས་  
 གྱི་དབྱེ་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ལྷགས་གཉིས་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཡིན། གལ་ཏེ་རྒྱན་མདོར་བསྟན་ཡིན་ན། འདི་  
 ཡང་ལྷགས་གཉིས་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ལེན་དང་པོ་  
 ལམ་རྣམ་དབྱེའི་རྒྱན་གྱི་མདོར་བསྟན་ཏུ་འགྱུར་དགོས་  
 ཤིང་། དེ་ལྟ་ན། དེ་ལ་བེ་དམ་དང་ནི། ཁྱོད་པ་བྱུང་  
 གསལ་བར་བཟོད། ཁྱེས་པས་རྒྱན་མདོར་བསྟན། སྐྱར་  
 བ་རབ་དྲངས་སོགས་ཀྱིས་མིང་གི་དབྱེ་བ་སྟོན་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ན། རྒྱན་མདོར་བསྟན་སྒྲིལ་པའི་སྒྱུར་ཏུ་འགྱུར་  
 བ་མ་ཟད་སྒྲིག་པ་དང་རོལ་པའི་ཉམས་རྒྱུང་ལག་གི་  
 སྟབས་དང་། ལྷས་ཀྱི་འདུག་སྟངས་སོགས་ལྟ་བ་མིག་གི་  
 དོན་ལ་ཇི་ལྟར་སྒྱུར་བ་ཡང་འཆད་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མདོར་བསྟན་པ་ཉིད་རྒྱས་བཤད་ཏུ་མ་ཆང་བར་ཡང་  
 འགྱུར་རོ། །





ཆོག་གི་ལམ་ནི་དུ་མ་ཡོད། །

ཆོག་སྟེ་སྟན་ངག་རྣམས་ཀྱི་ལམ་སྦྱར་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་བ་  
ལང་དང་བ་མན་སྟར་རིགས་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་མི་  
མཐུན་པའི་དབྱེ་བ་ཕྱ་མོ་ཅན་དུ་མ་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ། མདོར་བསྟན། ཡོན་ཏན་བཅུ་རྒྱས་  
པ་བཤད། དོན་བསྡུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལ་བེ་དམ་དང་ནི། །

གོ་ཏ་བ་བྱུང་གསལ་བར་བཟློད། །

སྦྱར་བ་རབ་དངས་མཉམ་ཉིད་དང་། །

སྟན་དང་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་། །

དོན་གསལ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་ཉིད། །

བཟློད་དང་མཛོས་དང་ཉིང་ངེ་འཛིན། །

ཡོན་ཏན་འདི་བཅུ་བེ་དམ་འི། །

ལམ་གྱི་སྒྲིག་ཏུ་བཤད་པ་ཡིན། །

འདི་དག་པལ་ཆེར་སྒྲིག་པ་ནི། །

གོ་ཁྲི་ལམ་དག་མཆོན་པ་ཡིན། །

ལམ་ཏུ་མ་ཡོད་པ་དེ་ལ་བེ་དམ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོ་སྒྲིག་ས་གྱི་  
ཡུལ་ཏེ། དེ་ན་ཡོད་པ་འམ་དེ་ལས་བྱུང་བའི་མཁས་པ་  
ཞེས་པའི་དོན་ཏུ་ཨུ་བྱེན་པས་བེ་དམ་སྟོ་སྒྲིག་ས་པའི་  
སྟན་ངག་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔའ་བོ་ལ་སོགས་  
པའོ། གོ་ཁྲི་ཤར་སྒྲིག་ས་གྱི་ཡུལ་ཏེ་ཡུལ་དེའི་མཁས་  
པ་བརྗོད་པའི་བྱུང་བ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་ཀྱི་ཆོག་ཐུང་སྟེ།  
ཡུལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྒྲིལ་བ་ལང་དང་ཏྲ་ཏྲ་རིགས་  
མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཆེས་ཆེ་བ་དེ་ཉིད་འདིར་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ཏུ་དབྱེ་བ་སྟོ་སྒྲིག་ས་

རྣམས་ཀྱང་འདྲ་བ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་འདིར་གྱང་ཐང་  
 པའི་འགྲེལ་པར། བེ་དར་ནི་ཡུལ་ལོ་སྟ་ཞེས་པ་དཔའ་བོ་  
 དང་ནག་མོའི་ཁོལ་བོ་ལ་སོགས་པ་སྟོ་སྟགས་པའི་སྟན་  
 ངག་མཁན་རྣམས་སོ། །གྲོ་རྩ་ནི་ཡུལ་ལོ། །བ་ཞེས་པ་ཤར་  
 སྟགས་པའི་སྟན་པར་མཁན་རྣམས་མཚན་ནོ། །ཞེས་  
 འབྲུང་བ་བོད་མཁས་པའི་འགྲེལ་པར་བཀོད་ནས་རྣམ་  
 གྲངས་སོ་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། འདི་བཤད་པའི་རྣམ་  
 གྲངས་སུ་མི་རུང་སྟེ། རྒྱ་མཚན་སྤར་བཤད་བེན་པ་ལྟར་  
 ལ་དེ་ཇི་བཞིན་མ་གོ་བར་མཁས་པ་ལ་མ་གྲགས་པའི་  
 བཤད་པ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་རྒྱ་སྐད་དང་བོད་ཀྱི་ཆོག་ཕྱད་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བའང་མ་ཕྱེད་པ་གསལ་བར་མཐོང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྟོ་ཤར་གྱི་ལམ་ཐ་དད་པའི་  
 རྒྱལ་དེ་ཡང་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན་སྟོད་པ་སྟོག་ཆུང་གི་ཡི་གེ་ས་  
 མང་ཞིང་སྟོག་ཆེན་ཀྱང་ཅི་རིགས་འདྲེས་པས་འདོན་  
 པའི་སྐབས་སུ་དེ་ཉིད་སྒྲ་ཤུགས་ཆེ་བ་སྤྱར་བའི་ཡོན་

ཏན། བརྟག་མི་དགོས་པ་འཇིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་  
 སྒྲ་སྒྱུར་བ་རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། འཇམ་ན་འཇམ་  
 པར་མཉམ། ཟུབ་ན་ཟུབ་པར་མཉམ། བསྐྱེས་ན་བར་  
 མར་མཉམ་པ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཏན། སྒྲ་དོན་གྱི་ཆ་  
 ལ་ལྟན་སྟུམ་ཚོགས་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་སྟན་པའི་  
 ཡོན་ཏན། འཇམ་པའི་ཡི་གེ་མང་བ་ལ་ཟུབ་པ་སློག་  
 ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་འདྲེས་ཅམ་དུ་གནས་པ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་  
 པའི་ཡོན་ཏན། དོན་བརྟག་མི་དགོས་པར་གསལ་བར་  
 སྟོན་པ་དོན་གསལ་གྱི་ཡོན་ཏན། བྱད་འཕགས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་རྟོགས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན། ཆོག་སྤྱད་ཀྱི་འཇུག་  
 པ་མང་པོ་ཡོད་པ་བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན། འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 གྲས་པ་ལས་མ་འདས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པ་མཛེས་པའི་  
 ཡོན་ཏན། ཆོས་གཞན་ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་བཀོད་པ་  
 ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཏེ་སྟོ་ཕྱགས་བེ་དཔྱེའི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་འོ། །དེ་

དག་ལས་ཤར་སྟོ་བྱན་མོང་དུ་འདོད་པ་དོན་གསལ་  
དང་། ཉིང་ངེ་འཇིན་སྟགས་འགའ་ཞིག་མ་གཏོགས་  
ཕལ་ཆེ་བ་གོ་སྟོག་པས་གོ་ཁ་བའི་འདོད་པ་འགྱུར་བོ། །

༡ སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན།

གཉིས་པ་ལ་བརྩུ་ལས། དང་པོ་སྦྱར་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་  
གསུམ། ངོས་བརྩུང་། བསྐྱོག་ལྷ་སྟོད་པ་བཤད། དཔེར་  
བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

སྦྱར་བ་སྟོད་པས་མ་རིག་པའོ། །

སྟོག་ཅུང་ཡི་གེ་མང་བ་ནི། །

སྦྱར་བ་ན་ཡིག་འབྱུའི་གྲངས་བརྩིས་ན་འཇམ་པ་སྟོག་  
ཅུང་གི་ཡི་གེ་ཅུང་ཟད་མང་བ་ལ་སྟོག་ཆེན་ཀྱང་ཅི་  
རིགས་འདྲེས་པ་འདི་ཉིད་བརྗོད་པ་གསལ་བའི་བྱིར་  
ཉན་པ་པོའི་ན་བར་སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཉིད་སྦྱ་ཤུགས་ཆེ་

བར་ཐོས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་པར་བཞིན། དེ་ལ་དང་  
 བོ་སྟོག་ཆེ་ཆུང་གི་ཡི་གེ་ཉིད་ངོས་ཟེན་དགོས་པས།  
 མཁས་མཆོག་ཅན་གྱི་མིས་མཛད་པའི་ཡི་གེའི་མདོར།  
 དང་བོ་དང་གསུམ་པ་དང་ལྔ་པ་རྣམས་དང་། མཐར་  
 གནས་རྣམས་ནི་སྟོག་ཆུང་བ་རྣམས་སོ། །ཞེས་བཤད་  
 པས་གསལ་བྱེད་སྡེ་ཚན་ལྔ། མཐར་གནས་ཀྱི་ཡི་གེ་བཞི།  
 ལྔ་བའི་ཡི་གེ་ལྔ་རྣམས་དང་བཅས་པ་ལས། སྡེ་པའི་དང་  
 བོ་ཀ་ཅ་ཌ་ཏ་པ་རྣམས་དང་། གསུམ་པ་ག་ཇ་ཉ་ད་བ་  
 རྣམས་དང་། ལྔ་པ་ང་ཉ་ཏ་ཐ་ན་མ་རྣམས་དང་། མཐར་  
 གནས་ཡ་ར་ལ་ལ་ལ་སྟེ་བཅུ་དགུ་བོ་རྣམས་ནི་ཁ་ནས་  
 བཙོན་པའི་སྐབས་སུ་སྟོག་གི་ཆུང་ཤུགས་ཆུང་དུར་  
 འབྱེན་པས་ན་ཡི་གེ་འཇམ་པ་དང་། སྟོག་ཆུང་དང་།  
 ལྟོད་པ་དང་། མཉན་པ་དང་། ཡི་གེ་མཆོག་ཅེས་  
 བྱེད། དེ་ལས་གཞན་ཁ་སྟེ། ཚ་སྟེ། ཐ་སྟེ། བ་སྟེ། ཤ་  
 ར་ས་ཏ་སྟེ་ཡི་གེ་བཙོན་ལྔ་བོ་རྣམས་ནི་བཙོན་པའི་ཆེ་

ན་སློག་གི་རྒྱང་ཁ་ནས་ཤུགས་ཆེ་བར་འབྱེན་ཅིང་།  
 བརྗོད་པ་གསལ་བ་དང་སྤྱི་རྒྱུ་བ་པས་སློག་ཆེན་དང་  
 སྦྱར་བ་རྒྱུ་བ་པའམ། རྩེ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དབྱེ་བ་འདི་ཁོ་  
 ན་ལས་ཏྲོགས་དགོས་ཀྱི། ཟེབ་སྦྱར་བྱེ་ཡི་གེ་རྩེ་ཡང་གི་  
 དཔལ་ར་འགོད་ཚུལ་དང་མི་གཅིག་པས་བསྐྱེ་བར་མི་  
 བྱའོ། །སྐབས་འདིའི་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཤོང་འགྱུར་  
 གཙང་མ་ལས། སྦྱར་བ་སློག་རྒྱང་ཡི་གེ་མཆོག་ །སྟོད་པ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མ་རེག་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལས། དཔང་ལ་  
 ཆེན་པོས། སྦྱར་བ་སྟོད་པས་མ་རེག་པའོ། །སློག་རྒྱང་ཡི་  
 གེ་ཤས་ཆེ་བ། །སྟོད་པ་ལྷ་ལ་རྒྱ་མ་ལ། །ཞེས་འགྱུར་  
 བཅོས་ནས། ཀྱང་པ་དང་པོ་དངོས་སྟོ་པས་འདོད་པའི་  
 མཆོན་ཉིད་དུ་བཞག་ ཀྱང་པ་གཉིས་པ་བསྒྲིག་ཟླ་ཤར་  
 པས་འདོད་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་བཞེད། དེ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས་སྦྱར་བ་ལ་སློག་ཆེན་གྱི་ཡི་  
 ཁོ་ནར་ངེས་པ་ཞིག་དགོས་གསུངས་པ་ལ། བོད་མཁས་

ཕས། དེ་ནི་གསུང་དུས་ཀྱི་ཤོག་རལ་ཙམ་མ་གཏོགས་  
 ལག་ཐོག་འདྲན་རྒྱུ་འདྲི་སྟེ་སྟེ་ཆེན་ནི་སྟེ་དང་སྟེ་ལས་སྟེ་  
 ཀྱང་མ་རྟེན་ཅིང་། སྟེ་ཆུང་ཡི་གེ་དག་ཡང་དངོས་སྟེ་  
 འབྱུང་བ་འདྲི་སྟེ་ཆེན་ཤས་ཆེ་བར་ཅི་ལ་འབྱུང་ཞེས་  
 བཀག་རང་བཞིན་གཞུང་ཆོག་གི་འབྱུང་ཡང་ཤོང་  
 འབྱུང་སྟེ་མེད་ལ་པའ་ཆེན་སྟེ་སྟེ་འབྱུང་མནན་པ་  
 འདྲི་རྒྱ་དཔེ་དང་མཐུན་པས་ལེགས་ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
 དཔེར་བརྗོད་ལ། སྟེ་ཆུང་མང་ཞིང་སྟེ་ཆེན་ཀྱང་  
 འདྲེས་ཙམ་ཡོད་པ་ནི། སྟེ་པ་ཁོ་ནས་མ་རེག་པའི་དོན་  
 དུ་འཆད་པ་སོགས་མི་མཐུན་པ་མང་ཡང་། བདག་གི་སྟེ་  
 མ་པའ་ཆེན་སྟེ་སྟེ་ཀ་ར་ནི་དེ་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་  
 དེ། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་སོགས་ཀྱིས་བཞིན་པ་ལྟར་ན།  
 སྟེ་ཆེན་ཁོ་ན་འམ་མང་བ་ཞིག་དགོས་རྒྱལ། གཞུང་  
 གི་དཔེར་བརྗོད་དུ། སྟེ་ཆེན་པོའི་ཡི་གེ་སྟེ་ཡིག་དང་སྟེ་  
 ཡིག་གཉིས་ལས་མ་བྱུང་ཞིང་། སྟེ་ཆུང་མང་པོ་ཡོད་པ་



དངོས་སུ་མཐོང་བས་གཞོན་ལ། བོད་མཁས་པའི་བཞེད་  
 པ་ལྟར་ནའང་ཡོན་ཏན་ལྔ་པ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་དང་  
 དབྱེ་བ་མེད་པར་འགྱུར་བས་གཞོན་ཅིང་། གཞུང་དང་  
 རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ནི་ལྟར་བཀོད་ཅིན་པ་ལྟར་  
 ཡིན་པས། ཡི་གའི་གྲངས་སྟོག་རྒྱ་མང་ཡང་སྟོག་ཆེན་  
 ཅི་རིགས་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་འདོན་པའི་སྐབས་སུ་སྟོག་  
 ཆེན་གྱི་སྒྲ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞིག་ཏུ་བཞེད་དོ། །འོ་ན་ཤིན་ཏུ་  
 གཞོན་པ་ལ་སྟོག་ཆེན་འདྲེས་ཅམ་ཡིན་ན་དེ་ཉིད་  
 གཞུང་ཏུ་ནམ་གསལ་དཔེར་བཅོམ་པའི་རྒྱ་དཔེར། སྟོག་  
 ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་བཞི་དང་འདྲིར་གཉིས་ལས་མེད་པ་  
 དངོས་སུ་འགལ་ལམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་དཔེར་བཅོམ་རིང་  
 བྱང་ལ་བསྟོས་ནས་བྱང་བ་ཅམ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་  
 དཔེར་བཅོམ་དངོས་རྒྱུ་པ་བཞི་ལ་སྟོག་ཆེན་ཡི་གེ་  
 བཞི་ལས་མ་བྱང་། འདྲིར་དཔེར་བཅོམ་དངོས་རྒྱུ་པ་  
 གཅིག་ལྟག་ཅམ་གྱི་ཆོད་ལས་མ་བྱང་བས་ཤེས་པར་

འགྱུར་བའི་བྱིར་མི་འགལ་ལོ། །འདིར་རེ་པ་རྣམ་བཅད་  
ཅན་གྱི་རྣམ་བཅད་དབུས་སུ་ཡོད་ན་རྒྱ་སྒྲིག་གི་སྐབས་  
སུ་རྒྱ་བ་པ་དང་ཕྱི་བར་འགྱུར་ཡང་། འདི་ཆོག་མཐར་  
བྱུང་བས་སྒྲིག་ཆེན་གྱི་གྲངས་སུ་འདྲེན་མི་རིགས་ཞེས་  
བཞེད་དོ། །

གཉིས་པ་བསྒྲིག་ཆེན་ལྟོད་པ་བཤད་པ་ནི།

ལྟོད་པ་ལྷ་ལ་ཏྲུ་ལྷ། །

ལྷ་ལྷ་ལེ་ཀ་ལེ་ལྷ་འདོད། །

གོ་ཏ་བ་ཡིས་རྒྱུ་བྱིད་སྒྲིག། །

དེ་འདོད་་།

ལྟོད་པས་མ་རེག་པ་དགོས་པའི་ལྟོད་པ་དེ་རི་ལྷ་བྱ་ཞེ་  
ན་དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་བཞིན་ཏེ། དེ་ཡང་ལྷ་ལ་ཏྲུ་ནི་  
རྒྱ་ཏིའི་མེ་ཏྲོག་ལྷ་ལྷ་བྱེད་བ། ལྷ་ལྷ་སྒྲིག་པ། ལེ་ཀ་བྱུང་

བ། མཚུངས་འདྲས་མཚམས་སྐྱར་བས། ལི་ལྷ་ལི་ཀ་གྲུབ།  
ལི་ལྷ་འགོང་བའམ་འཁོར་བའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་  
བསྐྱར་ན།

སྟོད་པ་ཇ་ཉིའི་མེ་ཉླག་ཐེང་། །

ཐེང་པས་བྱང་བ་འཁོར་བ་འདོད། །

ཞེས་འབྱུང་བ་འདོད། ཅེས་འབྱུང་བ་སྟོག་ཆུང་འབའ་  
ཞེག་པ་སྟེ། འདི་ཉླ་བྱ་སྟོ་ཕྱགས་པས་མེ་འདོད། ཤར་པ་  
རྣམས་རྗེས་བྲིད་ལ་དགའ་བས་འདི་ཡང་ལ་ཡིག་བསྐྱར་  
བའི་རྗེས་བྲིད་ཡིན་སྟེ་པའི་སྟོས་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་  
ལའང་འདི་ཉིད་འདོད་པ་ཡིན་ལོ། །

གསུམ་པ་དངོས་སྟོ་པའི་སྐྱར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

ལྷ་ལ་ཉླ་དུམ།

ལྷ་སྟེ་ཉླ་སྟེ་མ་རིམ་ཞེས། །

བེ་དུ་ཡིས་སྒྱུར་ཆེ་བྱེད། །

ཅེས་པ་སྟེ། ལྷ་ལྟེ་རྒྱ་ཏིའི་མེ་ཏོག། དུ་མ་ཐེང་བ། ལྷ་སྟེ་  
ཏྲི་འཁོར་བའམ་ཐེང་བ། ལྷ་མ་རིམ་བུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་

ཞེས་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

རྒྱ་ཏིའི་མེ་ཏོག་ཐེང་། །

བུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཁོར་ཞིང་ཐེང་། །

ཞེས་འབྱུང་སྟེ། །དཔེར་བརྗོད་པ་དེ་ལ་སྟོག་ཆུང་མང་  
ཞིང་སྟོག་ཆེན་གཉིས་འདྲེས་པ་སྒྲ་ཤུགས་ཆེ་བའི་བྱེད།  
སྟོ་སྟོགས་བེ་དུ་འི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྱུར་བའི་ཡོན་  
ཏན་དུ་འདོད་དོ། །འདི་ནས་བརྩམས་ཡོན་ཏན་བརྩུ་པ་  
ཕལ་ཆེར་སྒྲ་རྒྱ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་འདི་ལ་རྒྱ་  
གར་པའི་སྟོག་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བའི་རྒྱས་བཀའ་ནས་  
བོད་སྐད་ལ་དཔེར་བརྗོད་རེ་མཛད་པའི་སྟོལ་བུང་

འདུག་ཀྱང་། བོད་རང་ལྷགས་མཁན་པོ་ཐུ་མེའི་སུམ་  
ཏྲགས་ལ་བྱང་བར་བྱས་ཇེས། བོད་སྐད་རང་གི་ཡི་གེ་  
བཅོད་པའི་ཆེན་ཐོག་གི་རྒྱང་ཁ་ནས་འབྱེན་ཤུགས་ཆེ་  
ཆུང་ལ་སྟོས་པའི་ཐོག་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་  
དཔེར་བཅོད་སྒྱུར་ན་ལེགས་པར་བཞེད་དོ། །

༡ རབ་དུ་དྲངས་བའི་ཡོན་ཏན།

གཉིས་པ་རབ་དུ་དྲངས་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས།  
དངོས་སྟོ་པའི་ལྷགས་དང་། བསྐྱོག་པ་ཤར་པའི་ལྷགས་  
སོ། །དང་པོ་ལའང་མཚན་ཉིད་དང་དཔེར་བཅོད་  
པའོ། །དང་པོ་ནི།

རབ་དྲངས་ལྷན་པ་གྲགས་དོན་ཅན། །

ཞེས་པ་སྟེ། བརྗོད་བྱའི་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་གཉིས་  
ཀ་ཀུན་ཁྱབ་ཡོངས་གྲགས་སུ་གྱུར་པ་ཁོ་ན་སྤྱོད་བས་  
སྤྱོད་བརྟགས་ཤིང་རྒྱ་མཚན་གཏན་ཆོག་གིས་སྤྱོད་མི་  
དགོས་པར་ཆོག་དེ་ཐོས་མ་ཐག་ནས་དོན་བདེ་སྤྱོད་ཏུ་  
གོ་བར་འགྱུར་བ་རབ་ཏུ་དྲངས་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི།

སྤྱོད་བའི་མཚན་མ་ཟུངས་ཀྱི། །

འོད་ཀྱི་མཛོས་པ་རྒྱས་ཞེས་པ། །

རྟོགས་པའི་སྒྲུལ་བཟང་ལྡན་པའི་ཆོག །

སྤྱོད་བའི་མཚན་མ་ནི་རི་བོང་གི་གཟུགས་སུ་གྲགས་པ་དེ་  
ཉིད་དེ། དེའི་ཁ་དོག་ཟུངས་སྤྱོད་པའི་འོད་ཀྱིས་སྤྱོད་བའི་  
མཛོས་པའམ་དཔལ་རྒྱས་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ནི།  
བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡང་སྤྱོད་བ་ལ་རི་བོང་གི་གཟུགས་སུ་

གྲགས་པའི་མཚན་མ་ཡོད་པ་འཇིག་རྟེན་ཡོངས་གྲགས་  
ཡིན་པ་དང་། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་ཆོག་དེ་བརྗོད་མ་  
ཐག་ཏུ་དོན་གོ་བར་འགྱུར་བས་ན་རྟོགས་པའི་སྐལ་པ་  
བཟང་པོ་ཅན་གྱི་ཆོག་གོ། དེ་བཞིན་ཏུ་རྒྱ་དཔེར་ཡང་  
ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྤྱོད་འབའ་ཞིག་སྤྱར་བས་ཤིན་ཏུ་རྟོགས་  
སྤྱོད་བར་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་བསྒྲེག་པ་ཤར་བའི་ལྷགས་ལའང་མཚན་ཉིད་  
དང་དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
ངས་ཆོག་ཡོད་ཕྱིར་གོ་ཁ་བ། །

ཤིན་ཏུ་གྲགས་པ་མིན་ཡང་འདོད། །

བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡོངས་གྲགས་ཞིག་དགོས་པ་སྤྲུལ་མ་དང་  
འདྲ་ཡང་། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ངས་ཆོག་གི་བཤད་པས་  
སྤྱོད་སྤྱོད་ཅུམ་ཡོད་ན་བསྟན་བཅས་དང་འཇིག་རྟེན་

ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྤྱོད་མ་ཡིན་ཀྱང་སྤྱོད་ཞིང་མི་གསལ་  
བས་རེ་ཞིག་མགོ་སྤྱོད་པའི་བརྟེན་ལ་བརྟེན་ནས་བཟོད་  
དོན་སྤྱོད་པ་ཆོག་ཀྱིས་འཆོལ་དགོས་པའི་རབ་ཏུ་མི་  
དྲུངས་བ་ཡང་ཤར་པས་འདོད་ཅིང་། ཡང་གི་སྤྱོད་སྤྱོད་  
མའང་མི་འདོད་བའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཡ་ཐུན་ཏུ་རྒྱ་རྒྱ་ །

ས་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་བ་ལྟ་གུ།

ཞེས་པའི་བོད་སྐད་དུ།

ཤིན་ཏུ་དཀར་མིན་ཅུ་ལས་སྤྱོད། །

དེ་འདྲས་མཆན་པ་འོད་དཀར་ཅན། །



ཞེས་པ་སྟེ། སྐབས་འདི་ལ་སོགས་པ་སྐྱ་རྒྱ་གྱི་སྐབས་  
 ཡལ་ཆེར་དུ་དཔེར་བརྗོད་གྱི་ནམ་པ་རྒྱ་སྐད་གྱི་སྟེང་  
 ནས་ངོ་འཕྲོད་དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དཔང་རྟེན་དུ་བོད་  
 སྐད་གྱི་སྟེང་ནས་བཤད་པ་བསྟུས་ཅམ་ལས་མ་མཛད་  
 ཅིང་། དེ་ཕྱིན་ཆད་རྒྱ་ཆེར་འཆད་པའི་སྟོས་པ་ལ་མཆོག་  
 དུ་དགོས་པའི་འགྲེལ་མཛད་དང་། ལོ་ཚུ་བའི་མཆོན་  
 ཅན་དུ་མ་ཞིག་བྱོན་འདུག་ཀྱང་། རྒྱ་གར་བའི་གཞུང་  
 དང་འགྲེལ་པའི་སྟེང་ནས་ལེགས་བཤད་སྟོན་ཀྱིས་པ་མ་  
 བྱུང་བས། བོད་འགྲེལ་ཀྱན་གྱི་ནང་ན་རྒྱ་སྐད་གྱི་སྟོས་ཡི་  
 མི་སྤང་ཡང་། འདིར་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མའི་གསུང་བཞིན་  
 ཅུང་ཟད་འཆད་ན། ཤིན་དུ་དཀར་མིན་གྱི་དཀར་བའི་  
 སྐད་དོད་དངོས་མ་བཞག་པར་སྐྱ་བོ་ལ་འཇུག་པའི་  
 ཡུལ་ན་དང་། དེའི་གོང་དུ་ཨ་ཏི་བཞག་པས་དཀར་བོ་  
 རང་ལ་འཇུག་དེའི་ཡང་གོང་དུ་དགག་པའི་དོན་གྱི་  
 ནུའི་ན་བཞག་སྤར་ཡང་ནའི་སྟོན་གི་ཨ་ཡལ་ནས་

གོང་དུ་བཞག་ན་སྒྲིག་མེད་ཨ་ཏི་ལི་ཨ་ལ་དངས་པས་ཨ་  
 ན་ཏུ་ན། དཀར་མེན་ཞེས་གྲུབ་པ་དང་། ལུ་སྒྲིས་ཀྱི་  
 སྐད་དོད་ལ། ཨ་བུ་སྒྲིས་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཨ་པ་ཀྱི་སྒྲི་རྒྱུད་པ་  
 ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདྲ་ལུ་འཇུག་མེད་ཀྱང་།  
 ར་སྒྲིས་པ་སྒྲི་འགོ་ལ་འཇུག་པ་དང་སྒྲི་ལ་བས་ལུ་སྒྲིས་  
 སུ་བཤད་རུང་ཅམ་དང་། འོད་དཀར་ཅན་གྱི་སྐད་དོད།  
 བ་ལ་ཀྱེ་གྲུ་ཞེས་པ་འདི་ལི་བ་ལ་སྒྲི་བས་ཨ་ཀྱེ་མེག་ལ་  
 འཇུག་པས་མེག་སྒྲི་བས་ཞེས་ཁ་དོག་དཀར་པོ་མེག་ཡུལ་  
 དུ་འཆར་སུལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར། དཀར་བ་ལ་འཇུག་པ་  
 ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པ་ནི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར་  
 ཡང་། །བ་ལ་ཀྱེ་ནི་མེག་སྒྲི་བས་ཏེ། འདིར་མེག་གི་སྒྲི་བས་  
 བྱེད་ཅིང་མེག་ཆགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
 ཡིན་ཡང་། བ་ལ་མ་སྒྲི་གས་དོན་དགུ་ལ་འཇུག་པའི་གོའི་  
 སྒྲི་འོད་ཟེར་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཡོད་པ་དེ་གཉིས་  
 སྒྲི་ལ་ནས། བ་ལ་ཀྱེ་གྲུ་ཞེས་པ་འོད་དཀར་ལ་སྒྲི་འཇུག་

ཏུ་མེད་ཀྱང་བཤད་དུ་ཡོད་པ་ལ་བསམས་ནས་སྐྱར་བ་  
 སོགས་དང་། བོད་སྐད་ལ་ཡང་། ཤིན་ཏུ་དཀར་མེན་  
 སྒྲོན་པོ་ལ་བཤད་རུང་ཅམ་དང་། རྒྱ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ལ་གཙོ་  
 བོར་འབྱུག་མོད། ཨཱཱ་ལ་ཡང་རྒྱ་ལས་སྐྱེས་པ་འདི་ཕྱིར་  
 སྒྲོན་པོ་སྒྲོས་པ་དང་སྒྲེལ་བས་ཨཱཱ་ལ་སྒྲོན་པོར་གོ་རུང་  
 ཅམ་དུ་སྐྱར་བ་སོགས་སྐད་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བཟོད་  
 དོན་གང་ཡིན་དངོས་མེད་གིས་ཐད་ཀར་མ་སྒྲོས་པར་  
 བསྐྱར་ཕྱོགས་མང་པོ་བྱས་པ་འདི་མཐར་ཆོགས་ཀྱིས་གོ་  
 བར་འགྱུར་བ་སྟེ། བཟོད་བྱ་དངོས་སྟོ་ཤར་གྱི་དཔེར་  
 བཟོད་ཐུ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་འདྲ་སྟེ། རི་བོང་གི་རྟ་གས་ཀྱིས་  
 མཚན་པ་འདི་ལྷ་བ་བཟོད་པ་འོ། །འདིའི་དཔེར་བཟོད།  
 གང་གི་མཁུན་བཙུའི་རྒྱ་མཚོ་ནི། །གཏིང་མེད་སྒྲིག་བྲལ་  
 མེ་ཟད་དེའི། །ཡོན་ཏན་དཔལ་དང་བདུད་ཚེའི་  
 ཕྱིར། །སྒོ་ལྗན་ནམས་ཀྱིས་བསྟེན་པར་གྱིས། །ཁེས་ཨ་མ་  
 ར་གོ་ཤར་སྒོ་བ་དཔོན་འཆི་མེད་སེང་གེས་གསུངས་པ་

དང་། དབྱངས་ཅན་མགུལ་རྒྱན་ལས། གང་གི་དོན་ནི་  
རབ་གསལ་བ། །དེ་ནི་རབ་ཏུ་དྲངས་བར་  
བཟོད། །དཔེར་ན། །འདི་ཤར་གྱུར་པས་པར་ཅན་དང་  
ཤར་རིའི་ནགས་ཚལ་གྱི། །མཚན་རྩེ་མེ་ཏྲག་གཞོན་ཅུའི་  
ཕྱེང་བ་རྒྱ་གྲོལ་ཞིང་། །འགལ་བ་རྣམས་བྲེལ་དུར་པ་  
གཉིས་གཉིས་གཉིན་གྱུར་བྲོས་པ་ཡི། །སྤྱི་འགུལ་པ་  
བྲོས་པས་དམར་བ་སྤྲུག་ལས་རྣམ་པར་འབྱེད། །ཅེས་  
འབྱུང་བ་དག་རབ་དྲངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་པ་  
དངོས་སྟོང་པའི་དཔེར་བཟོད་དུ་གསལ་ལོ། །

༣ མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན།

གསུམ་པ་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད།  
སྦྱོར་བ་གསུམ་མམ་དགུའི་ངོ་བོ། །བསྐྱེད་ཆེ་མེ་མཉམ་པ་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི། །

མཉམ་པ་སྦྱར་བ་མི་མཉམ་བཤ། །

དེ་ནི་འཇམ་རྩལ་བར་མ་སྟེ། །

སྦྱར་བ་འཇམ་རྩལ་བར་མ་ཡི། །

ཡི་གེ་བཀོད་པའི་སྦྱི་གནས་ཅན། །

མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་སྦྱར་སྦྱར་བ་འཇམ་ན་འཇམ་  
བར་མཉམ། རྩལ་ན་རྩལ་བར་མཉམ་པས་རིགས་མི་  
མཐུན་པ་མེད་པ་དེ་ལ་མཉམ་པ་ཞེས་བྱ། འོན་ཀྱང་  
བསྐྱེས་པ་བར་མའི་བྱེ་བྲག་རྣམས་ནི་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་  
དེར་མ་ངེས་ཀྱང་གཙོ་ཆེ་བའམ་རྩལ་བར་གྱུར་པ་ལ་  
དགོངས་ནས་མི་མཉམ་པ་དང་བཤ་བ་ཞེས་གསུངས།  
འོ་ན་བསྐྱེས་པ་བར་མའི་རིམ་པ་རྣམས་གཞུང་གིས་  
དངོས་སུ་མ་བཟླ་ན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་ནི་འཇམ་རྩལ་བར་  
མ་སྟེ་གས་གསུངས། དེ་ཡང་སྟོག་ཆེ་ཆུང་གི་དབྱེ་བས་

འབྱེད་དགོས་པ་འདི་དང་འོག་མ་ཀུན་ལ་སྤར་སྤར་  
 བའི་སྐབས་སུ་བཤད་ཟིན་པ་ཉིད་དུན་པར་བྱ་དགོས་ཏེ།  
 དེ་ཡང་འཇམ་པ་ཆུང་བར་ཐོས་པའི་ཡི་གེ་ཀ་ལ་སོགས་  
 པ་འབའ་ཞིག་པར་སྤར་བ་ནི་འཇམ་པ་འབའ་ཞིག་  
 པར་མཉམ་པ་དང་། རྩུབ་པ་ཆེན་པོར་ཐོས་པའི་ཡི་གེ་  
 རྟ་ལ་སོགས་པ་འབའ་ཞིག་པར་སྤར་བ་ནི་རྩུབ་པར་  
 མཉམ་པའོ། ཆུང་དུ་དང་གསལ་བ་དེ་གཉིས་བསྐྱེས་པ་  
 ལས་བར་མ་རྣམས་འབྱུང་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཡི་གེ་འགོད་  
 ཚུལ་གྱི་སྒྱུར་བ་ལ་བསྟེན་ནས་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ཉིད་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཡོན་ཏན་དེ་ཉིད་ལ་ཡི་གེ་བཀོད་པའི་  
 སྐྱེ་གནས་ཅན་ཞེས་གང་ལས་འབྱུང་བའི་ཁྱད་སྟོན་པ་  
 ཡོན་གྱི་ཡི་གེའི་མདོར། གནས་དང་བྱེད་པ་དང་རྩལ་བ་  
 རྣམས་ལས་ཡི་གེ་རྣམས་སྐྱེ་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི་  
 ཡི་གེ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སྟོན་པ་ཡོན་པའི་ཕྱིར། འདི་དང་  
 མི་གཅིག་པས་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་སོགས་ཀྱི་ཀླ་མཛད།

ཕལ་ཆེར་གྱིས་སྐབས་འདིར་ཡི་གེའི་སྐྱེ་གནས་རྒྱས་པར་  
བཤད་ཀྱང་སྐབས་དོན་དང་མི་འབྲེལ་ལོ་སྟམ་པ་ནི་  
རང་ཉིད་ཀྱི་ནམ་པར་རྟོག་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི། གཞུང་དུ། འཇམ་པ་འབའ་ཞིག་པ་དང་  
རྩལ་པ་འབའ་ཞིག་པ་གཉིས་སོ་སོར་རྐང་པ་གཉིས་རེ་  
དངོས་སུ་དཔེར་བཅོལ་པ་ལ། སྒྲིབ་དཔོན་རུ་སྐྱེས་སྐྱར་  
ཡང་རྐང་པ་གཉིས་རེ་ཁ་བསྐྱངས་ནས་སོ་སོ་ལ་དཔེར་  
བཅོལ་པ་ཆོག་སུ་བཅད་པ་རེ་མཛད་པ་ལྟར་འདིར་  
འགོད་ལ།

ཀོ་ཀོ་ལཱ་ལཱ་པ་སྒྲ་རྩེ་ལོ། །

སྒྲ་མེ་ཉི་མ་ལ་ལཱ་ནི་ལག། །

ལྷོ་རྩེ་ལྷོ་རྩེ་པ་ཀྱ་ལ་སྒྲ། །

བྲ་སྐྱུ་ཀ་ཐེ་ཡ་རྩེ་བ། །

ཞེས་པ་ནི་འཇམ་པ་འབའ་ཞིག་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་

དུ།

ཁུ་བྱུག་ཅ་ཙྰ་སྒྲིག་བྱེད་ཅིང་། །

མ་ལ་ཡ་རྒྱུང་བདག་ལ་འོང་། །

དུས་ཀྱི་བཀའ་ཡིས་སྤྱིང་བའམ། །

སྟན་པར་སྒྲིག་པར་བྱེད་པ་བཞིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། དབྱར་གྱི་དང་པོའི་དུས་ཁུ་བྱུག་རྣམས་  
དགའ་བའི་སྐྱ་ཅ་ཙྰ་སྒྲིག་པར་བྱེད་ཅིང་། རྟོ་ཕྱོགས་མ་  
ལ་ཡའི་ནགས་རྒྱུང་ལ་བརྟེན་ནས་འོང་བའི་དྲི་ཞོན་གྱི་  
རྒྱུང་དལ་བྱ་རྒྱ་བ་སྟེ། གཉིས་ཀ་ཡང་འདོད་ལྷན་བདག་  
ལ་ཆགས་པ་འཕེལ་བའི་སྤྱིང་དུ་འོང་བ་ཁོ་ན་སྟེ། དེ་ལྟ་  
བུའི་ཁུ་བྱུག་གི་སྐྱ་འདི་དུས་དབྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་མའི་བཀའ་  
གཞན་ལ་སྤྱིངས་བ་སྟེ་སྒྲིག་པའམ། ཡང་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་



ཡོན་ཏན་ནམ་གཤེས་ཀྱིས་སྙན་པར་སྒྲོག་པར་བྱེད་པ་  
བཞིན་དུ་འཇིག་རྟེན་འདི་མཇེས་སོ། །ཞིས་པའི་དོན་  
ནོ། །

[illegible]

ཡཱ་མ་ར་ཏཱ་པཱུན། །

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ।

འཛེ་མཁའ་ལྷ་མོ་ཏུ།

ཞེས་པ་རྣམས་ནི་རྩུབ་པ་འབའ་ཞིག་པའོ། དེ་ཉིད་བོད་  
སྐད་དུ།

ཡིད་འབྱུང་འཁྲུལ་ཏེ་རྣམ་པར་འཕྱོ། །

བྱང་བ་རྣམས་ནི་ལེགས་འབོད་པ། །

ཉར་མ་རབ་འཕྲོར་དྲངས་ཤིང་དྲངས། །

ཁུ་ཁྱུན་ཁུ་ཐིག་གིས་བྱན་པ། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཡིད་འབྱུང་བའམ་སྟོབས་འབྱུལ་ཏེ་བར་  
 སྒྲུང་གུན་དུ་མིང་ཞིང་རྣམ་པར་འཕྱོ་བའི་བྱང་བ་  
 རྣམས་དྲི་བཟང་ཅན་གྱི་མེ་ཏྲོག་རྣམས་སྒྲུང་ཅི་རྒྱས་  
 པར་བྱས་པ་འདིས་ལེགས་པར་འབོད་པ་དང་། ཉར་མ་  
 རྟེ་ཁྱུ་འཕྱོ་ཐེག་མ་རྣམ་མཁའི་ཁུ་འཛིན་ལས་འཐོར་ཞིང་  
 ཤིན་དུ་དྲངས་པའི་ཁུ་སྒྲུང་གི་ཁྱུན་ས་གཞི་གུན་དུ་  
 མཉམ་པར་འབབ་པའི་ཁྱུ་འཕྱོ་ཐེག་མ་རྣམས་སྒྲུང་གིས་  
 བྱན་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་འཐོར་རོ་ཞེས་དབྱུར་གྱི་  
 དུས་བཟོད་པའོ། །དེ་ཉིད་ལྟ་བུའི་འཇམ་རྩལ་གཉིས་པོ་དེ་ཆ་  
 མཉམ་པ་ནི་བར་མ་དང་། ཤས་ཆེ་ཁྱུང་གི་དབང་གིས་  
 འཇམ་པ་ཉིད་ལའང་འཇམ་པའི་འཇམ་པ། འཇམ་པའི་  
 བར་མ། འཇམ་པའི་རྩལ་པ་སྟེ་དབྱེ་བ་གསུམ། བར་མ་  
 ལ་དེ་བཞིན་དུ་བྱེ་བས་དུག་རྩལ་པ་ལའང་བྱེ་བས་དགུ་

སྟེ། དེ་དག་སོ་སོའི་དཔེར་བཟོས་རྣམས་ཀྱི་འགྲེལ་  
ལས་བཤད་མོད། བོད་ཀྱི་སྐད་ལ་སྦྱར་མི་བརྟུབ་ཅིང་  
དོན་གཉེར་ཉུང་བས་ཉེར་མཁོ་ཆུང་བ་དང་། ཡི་གས་  
ཀྱང་འཛིགས་ཏེ་འདྲིར་རྩ་བའི་དབྱེ་བ་ཙམ་ལས་མ་  
བཀོད་དོ། །

གསུམ་པ་བསྒྲིག་པ་མི་མཉམ་པ་བཤད་པ་ལ། མ་  
བརྟགས་པར་སྦྱར་བའི་རྣམ་པ་ངེས་མེད་དུ་གསལ་བའི་  
ཕྱིར། ཆོགས་བཅད་ཕྱིད་མི་མཉམ་པ་དང་། ཀྱང་པ་  
གཅིག་མི་མཉམ་པ་དང་། དེ་དག་ཤར་པའི་ལྷགས་སུ་  
བསྟན་པ་དང་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ཆོགས་བཅད་ཕྱིད་མི་  
མཉམ་པའི་དཔེར་བཟོས་ནི།

ཀོ་ཀེ་ལཱ་ལཱ་བ་སྒྲ་ཙྱ་ལོ། །

སྒྲ་མེ་ཏི་མ་ལ་ཡཱ་ནི་ལེ། །



ལྷན་བདག་དགའ་བ་སྐྱེད་པའི་ཆེད་དུ་འོང་ངོ་། །ཞེས་  
པའི་དོན་རྟོ། །

གཉིས་པ་རྟེན་པ་གཅིག་མི་མཉམ་པའི་དཔེར་བཟོས་ནི།

ཅན་པ་ཏ་ཡོད་སྟེ། །

མཐོ་མ་ལ་ཡ་མ་རུ་ཏེ། །

མཐོ་ཏེ་རུ་མ་མཐོ་ཡོ། །

མཐོ་རུ་མ་མཐོ་ནི་ལེ། །

ཞེས་པ་འདིའི་རྟེན་པ་གསུམ་པ་སྦྱར་བ་རྩལ་ཅིང་  
གཞན་གསུམ་བར་མར་ཡོད་པས་ན་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་མི་  
མཉམ་པའོ། །སྟོབ་དཔོན་དག་དབང་གྲགས་པས་ཕྱིད་  
སྔ་མ་འཇམ་པ་དང་བར་མའི་ཡི་གེ་བསྐྱེད་ཕྱི་མར་རྩལ་  
པ་དང་འཇམ་པ་བསྐྱེད་པའོ་ཞེས་གསུངས་པ་འཆད་  
ལྷགས་ཀྱི་ནམ་གངས་སོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

ཅན་གྱིས་བསྐྱོས་དྲི་ལྷང་ཞིང་།།

འཇམ་པ་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་།།

བདག་གི་བརྟན་འགོག་དགའ་མ་ནི།།

མཆོག་གི་ཁ་ཡི་རྒྱང་དང་འགྲན།།

ཅན་གྱིས་བསྐྱོས་པའི་དྲི་ལྷང་བས་དྲི་བཟང་བསེལ་བ་  
ཅན་འཇམ་པའམ་དལ་བའི་རི་བོ་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་  
བདག་གི་བརྟན་པ་སྟེ། འདོད་པ་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་  
གཡོ་བ་མེད་པ་གང་དེ་འགོག་ཅིང་འདོད་པའི་རྣམ་  
འགྱུར་ཅན་དུ་བྱེད་པ་དེ་ནི་དགའ་མ་སྟེ་མཛེས་མ་  
མཆོག་བྱུང་མེད་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི་ཁའི་དབྱགས་དང་  
འགྲན་ཞིང་འདྲ་སྟེ། དྲི་བཟང་བ་དང་དལ་བ་དང་  
བདག་གི་བརྟན་པ་འགོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚུངས་པའི་  
ཕྱིར་རོ།།

གསུམ་པ་དེ་དག་ཤར་པའི་ལྷགས་སུ་བསྟན་པ་ནི།

ཞེས་པ་མི་མཉམ་མ་བརྟགས་པར། །

དོན་གྱི་རྒྱན་དང་ཚྭགས་དག་ལ། །

སྟོས་ནས་ཤར་སྟོགས་པ་དག་ལ། །

སྟན་དག་ལམ་འདི་བྱང་བར་གྱུར། །

གཞུང་འདིར་དངོས་སུ་དཔེར་བརྗོད་པ་སྡེ་བྱེ་གཉིས་པོ་  
དེ་ནི་ཤར་སྟོགས་གོ་ཁྲ་བའི་མཁས་པ་དག་གིས་འདོད་  
པ་བསྟོན་ཟླ་མི་མཉམ་པའི་ཡོན་ཏན་ཏེ། རིགས་ཀྱི་རྒྱན་  
ལ་སོགས་པ་དོན་རྒྱན་གྱི་ཉམས་འགྱུར་ཕྱན་སུམ་ཚྭགས་  
པ་དང་ལྷན་བྱེན་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་གྱི་སྦྱར་བ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཉན་པ་པོའི་ན་བར་སྟན་མི་སྟན་སོགས་སྤེའི་རྒྱན་  
གྱི་ཡོན་ཏན་གཙོ་བོར་མ་བརྟོན་པས་འཇམ་རྩལ་བར་  
མ་ལ་སོགས་པའི་ཡི་གེའི་བཀོད་པ་ཤས་ཆེ་ཆུང་ལ་མ་

བརྟགས་པར་ཅི་བྱང་བབ་ཅེས་སྟེ་བྱུང་དོན་ཕྱན་སྟུམ་  
 ཆོགས་པ་ལ་སྟོས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་པ་དག་ལ་སྟན་ངག་  
 གི་ལམ་འདི་བྱང་བར་གྱུར་དོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཏེ་དེ་  
 བས་ན་ཁ་མ་བསྐྱངས་པའི་དངོས་བསྟན་གཞུང་གི་  
 དཔེར་བཅོལ་གཉིས་པོ་འདི་ཤར་པའི་འདོད་པ་དང་།  
 དཔེར་བཅོལ་དང་པོ་ཤུགས་བསྟན་དགོངས་པའི་དབང་  
 གིས་འགྲེལ་པས་ཁ་བསྐྱངས་པ་དེ་དངོས་སྟོ་པའི་ལྷགས་  
 སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་སྟར་ཡིན་པའི་ཞལ་རྒྱན་བོད་  
 འདིར་ཡང་མཁས་པ་སྤྲ་རབས་པ་དག་ལ་ཡོད་པས།  
 དཔང་རྒྱུ་དང་བྱུར་མཁར་བའི་འགྲེལ་པར་ཇི་བཞིན་  
 དུ་བཤད་ཅིང་། གཞན་ཡང་རིན་སྐྱངས་པ་ཡན་ཆད་ཀྱི་  
 སྤྲ་འགྲེལ་ནམས་ལ་བཤད་སྟོས་ཅུང་ཟད་ཉམས་པ་ཡོད་  
 སྟེ་ཀྱང་དོན་གྱི་གནད་ལ་མི་འདྲ་བ་མེད། ལྟ་འཇིག་  
 ཏེན་དབང་ལྷག་གིས་རྒྱ་མཚད་པའི་དུས་ནས་མཁས་  
 པའི་མན་ངག་གི་བཤད་རྒྱུ་ཉམས་ཏེ། གཞུང་ཆོག་



དངོས་བསྟན་ཁོ་ན་ལས་བཅལ་བའི་གོ་བ་ཅམ་ཆད་  
 མར་མཛད་ནས་དཔེར་བཞེད་སྤྲོ་མ་དངོས་སྟོ་པ་དང་།  
 བྱི་མ་ཤར་པའི་ལྷགས་སུ་མཛད་ཅིང་། མཉམ་པའི་གོ་བ་  
 ཡང་དཔེར་བཞེད་གཅིག་ལ་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་ཆ་མཉམ་  
 པ་ཅམ་ལ་བཞེད། དེ་ནས་བརྩམས་འགྲེལ་པ་བྱི་མ་ཀུན་  
 དེའི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས་དགག་བཞག་མང་པོ་མཛད་  
 པ་ནི་བྱིགས་ལྗེའི་ནམ་མ་ལངས་པར་དགག་བཞག་གི་  
 ཉི་མ་ཤར་བས་མོན་སྤྲོ་གྲོའི་ཁྱས་དག་དང་འབྲེ་ཁྱང་  
 པའི་དམག་རྩིས་ཀྱི་དཔེས་གཞུང་དོན་དང་བྱིན་ཅི་ལྟ་  
 ཏུ་གྱུར་པ། འདྲིར་རྩང་ཟད་གསལ་བར་བྱས་པ་ཡིན། འོ་  
 ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འདྲིར་བཀོད་པ་ལ་ཡང་ཁྱངས་ཇི་ལྟར་  
 ཡོད་སྟམ་ན་གཞུང་ཉིད་ལས་ཀྱང་། མཉམ་པ་སྦྱོར་བ་མི་  
 མཉམ་བཤམ། །ཞེས་པ་དང་། དེ་ནི་འཇམ་རྩལ་བར་མ་  
 རྟེ། །ཞེས་པའི་རྟེན་པ་གཉིས་སྟེལ་ནས་གོ་བ་ཞིབ་པར་  
 བཅལ་ན་ཤེས་སྟེ། རྩུ་མཆོན་ཁྱོད་ཀྱི་ལྟར་ན་རྟེན་

བཞིའི་ཕྱིད་སྤྱི་ལ་འཇམ་རྩལ་དོ་མཉམ་པ་མཉམ་  
 པའི་མཚན་ཉིད་དུ་འདོད་པའི་ཕྱིར། གཞུང་གི་དངོས་  
 བསྟན་འཇམ་རྩལ་བར་མ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
 ཟུ། དབྱུང་ན་རང་གི་ལེགས་བཤད་དུ་སྒྲིམ་པའི་དེ་ཉིད་  
 གསལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། གཞན་ཡང་དཔེར་བརྗོད་  
 སྤྱི་ཕྱི་གཉིས་པོ་སྤྱི་ལ་ནས་བསྟན་པའི་མཐར་ཞེས་པ་མི་  
 མཉམ་ཅེས་པ་དང་། ཤར་ཕྱོགས་པ་དག་ལ། ཉན་ངག་  
 ལམ་འདི་བྱང་བར་གྱུར། ཅེས་པས་ཀྱང་དཔེར་བརྗོད་  
 དངོས་བསྟན་སྤྱི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་ཤར་པའི་འདོད་པ་ཡིན་  
 ཞེས་པར་གསལ་མོད། སྒྲིབ་དཔོན་རལ་སྤྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་  
 ལས་འདི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། མཉམ་ཉིད་ངེས་པར་བསྟན་  
 པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ། མཉམ་པ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ།  
 སྦྱར་བ་སྟེ་བརྩམས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ལ་གང་ཞིག་ཐོག་  
 མཐའ་བར་རྣམས་སུ་རྒྱུང་པ་བཞི་ཀ་ལའང་མི་མཉམ་  
 པ་མེད་པར་རིག་མཐུན་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་སྦྱར་བ་དེ་ནི་

མཉམ་པའི་སྒྲན་ངག་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་བརྗོད་  
 ཏོ། །གང་ཞིག་སྦྱར་བ་དེ་རྣམས་ལ་ཇི་ཅམ་གྱིས་མི་  
 མཉམ་པ་དང་མཉམ་པར་འགྱུར་ཞེན་གསུངས་པ། དེ་  
 བྱི་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་སྟེ། སྦྱར་བ་དེ་དག་འཇམ་རྩལ་  
 བར་མ་གསུམ་དུ་འབྱུང་ངོ་། །མཉམ་པ་བྱི་མཉེན་པ་  
 དང་སྦྱོད་པ་སྟེ། སྦྱོད་ཅིང་མཉེན་པ་བྱི་སྦྱར་བ་ལས་  
 བསྐྱེད་པའི་བྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ། སྦྱར་འཇམ་པར་ཐོས་པ་  
 ཞེས་པ་ཇི་སྟེད་པའོ། །རྩལ་པ་བྱི་བྱི་མོ་སྟེ་ག་པར་ཐོས་པ་  
 སྟེ། བརྗོད་དཀའ་བ་བྱི་ཤེན་དུ་གཞོན་པ་ལས་བསྐྱེད་  
 པའི་བྱིར་རོ། །གང་འཆད་འགྱུར་མཚན་ཉིད་ཅེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའོ། །འདྲེས་པ་བྱི་བར་མར་ཐོས་པའོ། །སྦྱར་  
 ཡང་འདི་རྣམས་ཀྱི་འབྱུང་བ་ཇི་སྟེ་བྱ་བྱ་ཞེན་འཇམ་པ་  
 ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་ཏེ། འཇམ་པ་བྱི་འཇམ་  
 པར་ཐོས་པ་རྣམས་ཏེ་ག་ཡིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 སོ། །རྩལ་པར་འབྱུང་བ་བྱི་བྱི་མོ་སྟེ་ག་པར་ཐོས་པ་

རྣམས་ཏེ་རྟ་ཡིག་ལ་སོགས་པའོ། །འདྲེས་པ་ནི་འཇམ་  
 རྩལ་འདྲེས་པ་སྟེ་གང་ཞིག་ཡི་གོ་རྣམས་དེ་ལྟར་བཀོད་  
 ཅིང་བརྩམས་པའི་སྟེ་གནས་ཅན་ཏེ། གང་ཞིག་དེ་དང་  
 དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པ་གསུམ་མོ། བྱི་མོ་འཇམ་པ་དང་  
 བར་མ་ལ་སོགས་པའི་དབྱེ་བ་སོ་སོར་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་  
 འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་གསེས་ཀྱི་དབྱེ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །ཅ་བ་ནི་སྦྱར་བ་གསུམ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་ཆོགས་  
 བཅད་དང་ལྷག་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ། ཆོགས་བཅད་  
 གཅིག་གི་སྦྱར་བས་མཉམ་པར་ཐོབ་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 མཉམ་པའི་སྟན་ངག་རིགས་མི་མཐུན་པའི་སྦྱར་བ་བྱས་  
 པའི་མི་མཉམ་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 ཕྱིར་གསུངས་པ། སྦྱར་བ་རྣམས་ལ་མི་མཉམ་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་མཉམ་པ་ཉིད་ཐ་དད་དུ་དཔེར་བརྗོད་མ་བྱས་  
 མོ། །དེས་ན་རིགས་མི་མཐུན་པའི་སྦྱར་བ་འདི་ཉིད་  
 འདྲེས་པ་སྟེ། དེའི་ཆོ་མི་མཉམ་པའི་སྟན་ངག་དུ་འགྱུར་

རོ། རིགས་མི་མཐུན་པ་སྐྱར་བར་བྱེད་པ་ནི་མི་མཉམ་  
 པ་ཉིད་དུ་སྐྱར་བའི་ཕྱིར་རོ། རི་ཉིད་དཔེར་བརྗོད་པ་  
 གསུངས་པ། ལུ་བྱུག་ཅེས་པ་སོགས་པ་སྟེ་ལུ་བྱུག་རྣམས་  
 གྱི་ཅ་ཅའི་སྒྲ་རྩལ་མོ་དང་འཇམ་པ་བསྒྲགས་ཤིང་  
 གནས་པའི་ལུ་བྱུག་གང་དེ་དང་། མ་ལ་ཡའི་རླང་ལྷང་  
 པ་ཉིད་ལས་ཀྱང་བརྗོད་དོ། གང་རྣམས་གྱི་ཉར་མ་  
 འཕྱར་བ་སྟེ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་ཤིང་དྲངས་པའི་ཁུ་རྩུན་  
 འཇག་པ་རྣམས་གྱི་ཁུའི་ཟེག་མ་རབ་ཏུ་གཡང་ཞིང་  
 འཕྱར་བའི་ཐིགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བྱན་པ་སྟེ། བཀྲུས་པ་  
 དང་བསིལ་བར་གྱུར་པའི་སྟོ་སྟོགས་མ་ལ་ཡའི་རླང་  
 བདག་དང་ཉེ་བར་འོང་ཞིང་འཕྲད་པར་འགྱུར་  
 རོ། ཞེས་སྐྱར་བར་བྱའོ། རི་ཉིད་འཇམ་པ་དང་ཉིད་  
 རྩལ་པའི་རིགས་མི་མཐུན་པ་འདྲེས་པས་མི་མཉམ་  
 པའོ། རི་ཉིད་ལ་རིགས་མཐུན་པའི་ཆོགས་བཅད་  
 ཉིད་པ་གཉིས་ཁ་བསྐྱངས་ནས་སྐྱར་བས་འཇམ་པ་

འབའ་ཞིག་པའི་སྒྱུར་བ་དང་། ཟུབ་པ་འབའ་ཞིག་པའི་  
 སྒྱུར་བའང་སྟེ་ཆོག་ས་བཅད་གཉིས་སུ་འབྱུར་ཏེ་དེས་  
 མཉམ་པའི་དཔེར་བཟོད་དུ་ཏྟག་ས་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཀུན་མཁྱེན་པ་རྣམ་དཀར་  
 པོས་མཛད་པའི་བསྐྱུས་འགྲེལ་དུ། འདིར་སྔ་མས་རྒྱུ་  
 པ་རེར་ཆུང་ན་ཆུང་མཉམ། བར་ན་བར་མཉམ། ཆེ་ན་  
 ཆེ་མཉམ་པའི་དོན་དུ་བྱས། ཕྱི་མ་རྒྱུ་པ་རེར་ཆེ་ཆུང་  
 བར་ཐམས་ཅད་ཡོད་མཉམ་ཞིག་མཉམ་པའི་དོན་དུ་  
 གཞུང་གིས་ཐོན་ལ། རིག་བྱེད་གཞན་དུ་འཆད་དེ་  
 འཐད་པར་མི་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལ། འོན་  
 ཀྱང་དཔེར་བཟོད་ཕྱི་མ་འདི་འདིར་མི་མཉམ་པའི་དོན་  
 དུ་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པས་འཆད་ཀྱི། མཉམ་པའི་  
 དོན་དུ་མི་འཇོག་པ་ནི་བྱུང་པར་རོ། །ཡང་ཁ་གཅིག་  
 ཤར་པ་ན་མས་ཀྱིས་རྒྱུ་སྔ་མི་མཉམ་ན་ཡང་དོན་  
 མཉམ་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས། དེ་མེད་ན་མཉམ་པའི་མིང་

ཡང་མི་ཐོབ། མིང་ནི་ལམ་བཅུ་པོ་ལ་མཐུན་པར་ཡོད་  
 དགོས་ཤིང་། ཞེས་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་མཉམ་པ་ངོས་  
 འཛིན་པའི་ཆོ་རྒྱུང་དང་དགའ་མའི་དབུགས་གཉིས་  
 ཡོན་ཏན་མཉམ་པ་དང་། ལུ་བྱུག་དང་རྒྱུང་གཉིས་དུས་  
 མཉམ་དུ་ཆོགས་པ་ལ་ངོས་འཛིན་མཛད་པའང་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་མཐུན་རབ་ལས་གསར་བྱུང་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་  
 གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ཀྱི་ལུངས་དང་མི་མཐུན་པ་  
 བློ། གལ་ཏེ་བཙུང་དོན་ལ་བསྟོས་ནས་མཉམ་པའི་  
 མཚན་ཉིད་འཛིན་དགོས་ན་གཞུང་ཆོག་ཏུ་བྱུང་ཅམ་  
 ཡང་མ་བསྟན་པར་མ་བཟད། ཡི་གེ་བཀོད་པའི་སྐྱེ་གནས་  
 ཅན། ཞེས་ཡི་གེ་སྟོན་ཆེ་རྒྱུང་གི་སྟོན་སྟོན་ཤར་གཉིས་  
 ཀས་ཡོན་ཏན་འདི་རྣམ་པར་བཞག་དགོས་པ་གསལ་  
 བའི་བྱུང་དང་། རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་བསྐྱུར་བའི་ནང་  
 དུའང་། དེའི་ཆོ་མི་མཉམ་པའི་སྟན་ངག་ཏུ་འགྱུར་  
 རོ། རིགས་མི་མཐུན་པ་སྐྱུར་བར་བྱེད་པ་ནི་མི་མཉམ་



པ་ཉིད་དུ་སྒྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དང་།  
གཞུང་ཉིད་དུ། དཔེར་བརྗོད་ཕྱི་མའི་མཐར། ཞེས་པ་མི་  
མཉམ། ཞེས་འབྱུང་བ་སོགས་ཀྱིས་མཉམ་པའི་མིང་སྟོ་  
ཤར་གཉིས་མཐུན་མི་དགོས་པ་དངོས་སུ་གསལ་ཞིང་།  
རྗེ་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མཁའ་གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་དོན་ཁོ་  
ན་ལྟར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

༤ ལྟན་པའི་ཡོན་ཏན།

བཞི་པ་ལྟན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ། མདོར་བལྟན།  
རྒྱས་པར་བཤད། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

ལྟན་པ་ཉམས་ལྡན་ཆོག་དང་ནི། །

དངོས་པོ་ལ་ཡང་ཉམས་གནས་ལ། །

སྤང་ཅི་སྤྱོད་པ་སྤང་ཅིས་བཞིན། །

གང་གིས་སྤོ་ལྡན་དགའ་བྱེད་པའོ། །



སྟན་པ་ཞེས་པ་ནི་འབྲས་བུ་འཕམ་མཚན་བྱ་དེར་གང་  
 གིས་བྱེད་པའམ་དེ་གང་གིས་སྐྱབ་པའི་ཐབས་སྦྱ་དང་  
 འོན་གྱི་ཉམས་སྟན་པ་ནི་དེའི་རྒྱའམ་མཚན་ཉིད་དེ། དེ་  
 བས་ན་བརྗོད་བྱ་དོན་དང་རྗོད་བྱེད་གྱི་ཚིག་གཉིས་ཀ་  
 རྒྱུད་བྱེད་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བྱེད་པས་སྦྱར་བ་  
 གང་ཡིན་པ་དེས་ནི་སྟན་པ་ཉིད་དུ་འགྲུབ་པའི་ཕྱིར་  
 རྒྱས་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པའམ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མཚན་བྱ་  
 ལེགས་པར་སྐྱབ་པའོ། །དེའི་གྲུབ་འབྲས་ཚིག་དང་དོན་  
 ལ་ཡུན་སྟུམ་ཚོགས་པའི་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པ་དེས་ནི་  
 རི་ལྟར་སྤང་ཅི་སྦྱོད་པ་སྟེ། རུང་བ་རྣམས་སྤང་ཅིས་  
 དགའ་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྦོ་དང་ལྡན་པའི་སྟན་  
 ངག་མཐན་སྟན་ངག་གི་ཉམས་ཤེས་པ་རྣམས་དེས་  
 དགའ་ཞིང་མགུ་བར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྦོབ་དཔོན་  
 རཱ་སྒྲིའི་རྒྱ་འགེལ་དུ་སྐབས་འདིར་འདི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ།  
 སྟན་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པའི་ཕྱིར་གསུངས་པ། སྟན་པ་

ཞེས་སོགས་ཏེ་གང་ཞིག་སྟན་ངག་ཉམས་དང་ལྡན་པ་  
 ཞེས་བརྗོད་པས་སྟན་པ་བརྗོད་པའོ། །སྤྱིར་ཡང་འདིའི་  
 ཉམས་དང་ལྡན་པ་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན་སྦྱང་དང་དོན་  
 ལའང་སྟན་པ་དང་ལྡན་པའོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་བསྟན་  
 པའི་བྱུང་ཚེག་དང་ཞེས་སོགས་ཏེ་ཚེག་ནི་སྤྱོད། །དངོས་  
 པོ་ནི་དོན་ནོ། །གཉིས་ཀ་ལ་ཉམས་གནས་པ་སྟེ། གཉིས་  
 ཀ་ལ་སྟན་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཞེས་པའི་དོན་  
 ནོ། །དེས་ཅེ་བྱེད་ཅེ་ན། །གང་གིས་ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 ཏེ། ཉམས་དང་ལྡན་པ་གང་གི་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་རོ་  
 བྱང་བར་བྱེད་པ་དེའི་རྒྱ་བྱེད་པར་དགའ་བར་བྱེད་པ་  
 སྟེ། སྟོ་ལྡན་སྟན་ངག་མཁན་ཉམས་ཤེས་པ་རྣམས་ཆོམ་  
 པར་བྱེད་པའོ། །དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེན། སྤྱང་ཅིའི་ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་ཏེ་སྤྱང་ཅི་སྟེ་མེ་ཏོག་གི་བཅུད་ཀྱི་སྤྱང་ཅི་སྦྱོད་  
 པ་སྟེ། བྱང་བས་ལོངས་སྦྱོད་པ་ལས་ཤིན་ཏུ་དགའ་བར་  
 བྱེད་པར་དེ་བཞིན་དུའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཞེས་

གསུངས་པས་ལེའུ་དང་པོ་འདིར་བསྟན་བྱ་ནི་གཙུག་པོར་  
སྐྱེ་བྱུང་དང་། ལེའུ་བར་པར་དོན་བྱུང་གི་དོན་གྱི་དངོས་  
པོའི་ཉམས་ལ་སོགས་པ་གཙུག་པོར་སྟོན་པ་ཡིན་ཞིང་དེ་  
གཉིས་ཀྱི་འདུག་དོན་གྱིས་ན་སྟོན་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་འགྱུར་  
བའོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་བཤད་ལ་གསུམ། སྐྱེ་ཉམས། དོན་གྱི་  
ཉམས། གཉིས་ཀ་ལ་གྲོང་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལའང་  
གཉིས་ཏེ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་  
བའོ། །དང་པོ་ནི།

སྐྱེ་ནི་གང་དང་ཅི་ཡིས་ཀྱང་། །

གང་ཞིག་མཚུངས་པར་ཉམས་སྤྱོད་བ། །

དེ་ཡི་གཟུགས་སོགས་ཆོག་ཉེ་བར། །

རྗེས་སུ་བྲིད་བཅས་ཉམས་དང་ལྡན། །

སྒྲུབ་མ་ཆོག་གི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཡི་གེ་གང་དང་ཅི་  
 ཡིས་ཀྱང་སྟེ། སྟེ་གནས་དང་ཕྱི་མོ་དང་། བརྟེན་པ་  
 དང་རིང་པོ་ལ་སོགས་པ་ཐོག་མར་གང་བྱས་པ་དེ་ཉིད་  
 དང་འདྲ་བ་མི་རིང་བར་གཅིག་རྗེས་སུ་གཅིག་བྲིད་  
 པས། ཡི་གེའི་གཟུགས་སམ་ཐོས་བྱའི་སྒྲུ་མཚུངས་པར་  
 ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་མཚུངས་པར་ཐོས་  
 པའི་སྒྲའི་ཉམས་ཞེས་ཀྱང་བྱ། ཆོག་མཚུངས་པ་ཉེ་བ་  
 ཞེས་ཀྱང་བྱ་བའི་སྒྲའི་ཉམས་སོ། །སོགས་པའི་སྒྲས་ནི་  
 དཔེར་ན་རྒྱུ་པ་དང་པོ་ལ་ཡི་གེའི་གཟུགས་མཚུངས་  
 པ་ཉེ་བར་བཀོད་ན། གཉིས་པ་ལ་ཡི་གེའི་སྟེ་གནས།  
 གསུམ་པ་ལ་ཕྱི་མོ། བཞི་པ་ལ་བརྟེན་པ་མཚུངས་པར་  
 བྱས་པ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་པ་རེ་ལ་རིགས་མཐུན་པ་རེ་དང་།  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་ལ་རིགས་མི་མཐུན་པས་མི་  
 མཉམ་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་དགོས་པར་སྟོན་པའོ། །དེ་  
 ལྟར་དངོས་སྟོན་པས་འདོད་པའི་རྗེས་བྲིད་དང་བཅས་པ་

279

པའི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མཚོན་  
 པའོ། །གཟུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས་མཚུངས་པ་སྟེ་རྟ་  
 པའི་ཐོག་མ་དང་ཐོག་མ། ཐ་མ་དང་ཐ་མ་ལ་བསྟོས་  
 རྣམས་གང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་མ་དང་མཚུངས་པ་སྟོས་པ་སྟེ། དེ་  
 རྣམས་ཇི་ལྟར་གནས་པ་དེ་ལྟར་ཡོད་ཅིང་མཚུངས་པར་  
 ཐོས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཉམས་སྦྱོར་པར་བྱེད་པའོ། །ཇི་ལྟར་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ་ཆོག་མཚུངས་པ་མི་རིང་བར་ཡོད་ཅིང་  
 ཐོས་པའི་སྟན་ངག་གི་ཉམས་དང་ལྡན་པ། ལུན་སུམ་  
 ཆོགས་པའི་ཐོས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐལ་པ་བཟང་པོ་འཕེལ་  
 ཞིང་ཡོད་ཆགས་པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྟན་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། །འདི་ཡང་ཆོག་མཚུངས་པ་ཉེ་བར་ཞེས་པའམ་  
 མཚུངས་པར་ཐོས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཉམས་སོ། །ཞེས་  
 འབྲུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ལྟོ་པ་ཁོ་ན་  
འདོད་པ་མཚུངས་པར་ཐོས་པའི་སྒྲུའི་ཉམས། གཉིས་ཀ་  
ཅི་རིགས་པར་འདོད་པ་རྗེས་བྲིད་ཀྱི་སྒྲུའི་ཉམས་  
སོ། །དང་པོ་ལ། མཚན་ཉིད་བཤད་ཟེན། སྦྱོར་བ་དཔེར་  
བརྗོད་པ་ནི།

ཨེ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཡ་དུ་ལསྒྲུམ། །

སྒྲུ་བྲན་སྒྲུ་རྒྱ་ཏ་བྲི་ཡམ། །

ཏ་དུ་པ་རྒྱ་ཏི་རྒྱ་སྒྲུ། །

ལ་ཀེ་ལྟོ་རྒྱ་རྒྱ་བོ་ལྟོ་བཟ། །

ཅས་པའི་རྒྱ་པ་དང་པོའི་རྒྱ་རྒྱ་དང་། དུ་དང་། གཉིས་  
པའི་སྒྲུ་དང་བྲན་སོགས་རིང་པོས་བྱས་པ་དང་། སྒྲུ་  
དང་བྲི་ཡ་དང་ས་བོ་རྒྱ་བྲན་སོགས་ཐམས་ཅད་མཚུ་  
ལས་སྒྲུས་པ་ཡི་གཉི་སྒྲུ་གནས་མཚུངས་པས་བྱས་པ་

དང་། སྤྱི་ཉི་མུམ་ཞེས་པ་ནི་བཙེགས་མས་བྱས་པའི་  
གཟུགས་མཚུངས་པ་ཉེ་བའོ། །སློབ་དཔོན་ངག་དབང་  
གྲགས་པས་ནི། ཨེ་ཤ་དང་ལྷོ་མ་གྱི་ཤ་ཡིག་དག་དང་།  
སྒྲ་བུ་དང་། སྒྲ་མུ་ཤ། བྱི་ཡ་དག་གི་ར་ཡིག་དང་  
ལྷན་པའི་པ་དང་བ་དག་དང་། བཙེགས་མ་སྒར་བཤད་  
ཟེན་པ་ལྟར་ཉི། དེ་རྣམས་ཚིག་མཚུངས་པ་ཉེ་བའམ་སྒྲ་  
མཚུངས་པར་ཐོས་པ་ཉམས་སུ་སྤྱང་བ་ཞེས་འཆད་

དོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

གང་ཆེ་བྲམ་ཟེ་དགའ་བ་ཡི། །

རྒྱལ་པོ་འདི་ཡིས་དཔལ་ཐོབ་གྱུར། །

དེ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆོས་ཀྱི་ནི། །

དགའ་སྟོན་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཅུ་བྱུང་། །



ཞེས་པའི་དོན། གང་གི་ཆོ་ཞེས་དུས་མ་ངེས་པར་སྟོན་པ་  
 སྟེ་བྲམ་ཟེ་ནི་ཚངས་པའམ་སྟེ་ལྷགས་སྟོལ་དྲི་མ་མེད་  
 པ་བཞིན་དུ་ཤེས་ཤིང་སྟོང་པ་དང་། དེའི་རིགས་བྱེད་  
 ལས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་པས་གང་སྟུ་ཡང་རུང་  
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི་བྲམ་ཟེ་དགའ་བ་སྟེ། བྲམ་ཟེའི་  
 ཚུལ་ལྷགས་དང་མཐུན་པར་སྟོང་པས་འཇིག་རྟེན་འདི་  
 སྟོང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱལ་པོས་རྒྱལ་སྤིང་གི་དཔལ་ཐོབ་  
 པ་དེ་ནས་བརྩམས་ཏེ་ཆོས་ཐོས་པ་དང་དྲན་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དགའ་སྟོན་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་  
 ལེགས་གྱི་དཔལ་ཐམས་ཅད་འཇིག་རྟེན་འདིར་འབྱུང་  
 བར་འབྱུང་རོ། །སྐབས་འདིར་འགྲེལ་བ་སྤྲུལ་མ་འགའ་  
 ཞིག་ཏུ། ཚངས་པའི་ཆོག་ལ་སོགས་པའི་རྗེས་སུ་ཞུགས་  
 པས་ཚངས་པ་དགའ་སྟེ་རྒྱལ་པོ་འདིས་དཔལ་ཐོབ་ཅེས་  
 འགྲེལ་བ་དང་། བྲམ་ཟེ་དགའ་བ་ཞེས་པ་རྒྱལ་པོ་ཞིག་  
 གི་མིང་ཡིན་ཞོ་སྟུང་དུ་བསམས་ནས་དེ་ལྟར་འགྲེལ་བ་

དང་། བྲམ་ཟེའི་ཚླགས་མཚོད་པས་དགའ་བར་བྱེད་པ་  
ཞེས་དང་། འཇིག་རྟེན་གྱི་མེས་པོ་སྟ་ཚངས་པ་ལ་དགའ་  
བའི་རྒྱལ་པོ་གཞོན་ནུ་འདིས་ཞེས་འགྲེལ་བ་སོགས་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་དོན་མ་གསན་བཞིན་དུ་བཀྲལ་བའི་  
རང་བཟོ་དང་མུན་སྦྱལ་ཤ་སྟག་གོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་འདི་གོ་ཁ་བ་མེ་འདོད། །

དེ་དག་རྗེས་སུ་བྲིད་ལ་དགའ། །

ཕལ་ཆེར་རྗེས་སུ་བྲིད་པས་ཀྱང་། །

བེ་དམ་ནི་འདི་ཉིད་འདོད། །

དཔེར་བརྗོད་པ་བཤད་མ་ཐག་པ་མཚུངས་པར་ཐོས་  
པའི་རྗེས་བྲིད་ཅེས་པ་འདི་ཤར་ཕྱོགས་གོ་ཁ་བས་མེ་  
འདོད་ཏེ། དེ་དག་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རྗེས་བྲིད་

ཁོ་ན་ལ་དགའ་འོ། །སྟོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྗེས་བྲིད་པས་  
ཀྱང་མཚུངས་པར་ཐོས་པའི་སྒྲིའི་ཉམས་འདི་ཉིད་པལ་  
ཆེར་ཏེ་གཙུག་པོར་འདོད་ལ། རྗེས་བྲིད་ཀྱང་མི་འདོད་པ་  
ནི་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས། ཀྱང་གི་སྒྲིའི་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་རྗེས་བྲིད་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་  
བསྟན། མིང་དང་སྟོར་བས་རྒྱས་པར་བཤད། ཞར་བྱང་  
བྱང་ལྟར་སྟོས་པའོ། །དང་པོ་ནི།

རྒྱང་པ་རྣམས་དང་ཆོག་རྣམས་ལ། །

ཡི་གེ་བསྟོར་བ་རྗེས་སུ་བྲིད། །

སྒྲིའི་ཉམས་སྟོང་འདུ་བྱེད་ནི། །

རྟོགས་བྱེད་གལ་ཏེ་མི་རིང་ཉིད། །

ཆོག་ས་བཅད་ལ་བསྟོས་ནས་རྒྱང་པ་རྣམས་དང་།

ཆོག་ས་བཅད་དང་སྟོག་པ་གཉིས་ཀ་ལ་བསྟོས་ནས་ཆོག་

རྣམས་ལ་ཡི་གེ་རེ་རེ་བ་བསྐྱར་ཞིང་ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་  
 རི་རྩེས་སུ་བྲིད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་གལ་ཏེ་སྤྲུལ་མར་བཀོད་  
 པའི་ཡི་གེའི་ཉམས་སྤྱད་སྟེ། ཡིད་དང་རྣ་བའི་འཛིན་  
 པའི་འདུ་བྱེད་དེ་དང་བྱེ་མར་བཀོད་པ་དེ་རྣམ་པ་  
 གཅིག་པའི་བྱེད། བྱེ་མ་བརྗོད་པས་སྤྲུལ་མ་དུན་པའི་རྟོག་  
 པ་བསྐྱེད་རྣམས་པའི་ཡི་གེ་བྱེ་མ་དེ་སྤྲུལ་མ་དང་མི་རིང་  
 བར་ཉེ་བ་ཉིད་དུ་བཀོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་གལ་ཏེ་སྤྲུལ་མ་  
 མཐན་གྱིས་སྤྱར་ན་དེ་ལ་ཡི་གེ་བསྐྱར་བའི་རྩེས་བྲིད་  
 ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། ཀླང་པ་ལ་བསྐྱར་བའི་རྩེས་བྲིད། ཆོག་  
 ལ་བསྐྱར་བའི་རྩེས་བྲིད། རིང་བར་ཐོས་པའི་རྩེས་བྲིད།  
 ཤར་པ་ཁོ་ན་འདོད་པའི་རྩེས་བྲིད་དོ། །དང་པོ་ཀླང་པ་  
 ལ་བསྐྱར་བའི་རྩེས་བྲིད་ནི་རྒྱ་དཔེར།

ཅ་རྩེ་ཤར་རྩེ་ཤོད་སྟེ། །

ཀུན་སྟོན་ལ་ཀ་མི་བྱ་མེ།

ཨིན་རྒྱུ་ལ་ནི་རྟོ་ལྟུ།

སུ་རྒྱུ་ལ་ལི་ནུ་ལྟུ་ཡུ།

ཞེས་པ་རྒྱུ་ལ་བཞི་ཀའི་དང་པོ་རྒྱུ་སྟོན་ལི་ཀ་དང་  
ལྟུ་པའི་ད་ལི་ཀ་ལོ་ན་གནས་མཚུངས་པར་རྒྱུ་ཞིང་  
བྱས་པའོ། དེ་ཉིད་བོད་རྒྱུ་དུ།

སྟོན་མཚན་དུ་རྒྱུ་ལྟུ་ལ་ནི།

ཀུན་ལི་ལོན་པོར་ལྟུ་ལ་བ་ལ།

མཚན་མ་ཨིན་རྒྱུ་ལ་མཚུངས།

བྱུང་བའི་དཔལ་ནི་ཡང་དག་འཛིན།

ཞེས་པ་སྟོ། སྟོན་ཀའི་མཚན་མའི་དུས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་ལའ་རྒྱུ་  
སངས་དྲུངས་པའི་དོགས་ན་གནས་པའི་རྒྱུ་ལ་ནི་མེ་

288

པའི་ཕྱིར་ཟླ་བ་ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན་ཅེས་འགྲེལ་པ་ནི་  
 རང་གི་སློལ་གང་བདེའི་རྟོག་བཟོའི་བཤད་པ་ཙམ་  
 ལས་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་ལ། ཀྱ་ཟུང་དང་བྱང་བ་  
 འགྲོགས་མི་བྲིད་ཅེས་པའང་། རྒྱ་སྒྲིམ་ཀྱ་ཟུང་ལ་  
 བསམས་ནས་སྒྲིམ་པར་སྤང་ནའང་ཀྱ་རྒྱ་དང་ཀྱ་ཟུང་  
 དོན་མི་གཅིག་སྟེ་ཀྱ་རྒྱ་ནི་ཤིང་ལྷུ་མ་ཕྱ་མོའི་མི་རྟོག་  
 དང་། ཀྱ་ཟུང་ནི་རྒྱ་སྒྲིམ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་  
 པའང་ཤེས་དགོས་ཤིང་། གཞུང་དོན་འགྲེལ་ཚུལ་འདི་  
 ལྟར་འཐད་པའང་རྒྱ་འགྲེལ་དུ། ཡིན་ཀྱི་ལ་དང་  
 མཚུངས་པ་ནི་མོར་བུ་ཡིན་ཀྱི་ལ་དང་འདྲ་བ་སྟེ་མཚན་  
 མ་ཁ་དོག་སྟོན་པོ་མཚན་པའི་ཕྱིར་རོ། དེའང་བྱང་བ་  
 སྟེ་བྱ་མ་རའི་དཔལ་གྱི་མཛེས་པའི་ཆ་འཛིན་པར་བྱེད་  
 དོ། །གང་ལ་ན་ཟླ་བ་ལ་སྟེ་སྟོན་ཀའི་དུས་ཀྱི་མཚན་མོའི།  
 མཚན་མོའི་བདག་པོའི་རི་བོང་གི་མཚན་མའོ། དེ་ནི་  
 དབུ་རྒྱན་ནམ་མགོ་བོའི་ཐོད་དེ་གཙུག་གི་ཐོད་ལ་དབུ་

རྒྱལ་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཅིའི་ཕྱིར་ཟླ་བ་དབུ་རྒྱལ་  
 གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ཅེ་ན་གསུངས། ཀུན་འཛིན་ཕུང་པོར་  
 འཁྱུལ་བ་སྟེ་མཛེས་ཤིང་དཀར་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཀུན་འཛིན་  
 ཕོན་པོ་ཉིད་དུ་འཁྱུལ་བའོ། །གང་ཟླ་བ་མེ་ཏྲག་དུ་ཐེ་  
 ཆོམ་པས་འདྲ་བར་བཞག་པ་སྟེ། སྟོན་ཀའི་མཚན་མའི་  
 དབུ་རྒྱལ་ཉིད་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བྱས་པའོ། །དེ་དཀར་བ་  
 དང་སྟོ་བའི་ངྷི་མ་ཅན་དག་དཔེས་གཞུང་བས་རྟོགས་  
 པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་བས་སོ། །

གཉིས་པ་ཆོག་ལ་བསྐྱར་བའི་རྗེས་བེད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཕྱུ་ཕྱུ་མ་སྟེ་རུ། །

ཕྱེས་ཕྱེས་ཀྱི་དམས་རེ། །

མུ་ལོ་མུ་ལྷ་ལྷོ། །

ནིང་ཡི་ཀུ་ལུ་ཅུ་ཏྲི། །



ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་དང་པོ་ལ་ཙ་ཡིག་དང་། གཉིས་པ་ལ་  
མ་བའི་ཡི་གེ་བརྟེན་པ་དང་། གསུམ་པ་ལ་ན་ཡིག་  
དང་ལྷན་པའི་མ་ཡིག་དང་། བཞི་པ་ལ་ཡ་ཡིག་བསྟོར་  
བ་སྟེ། ཚོག་རྣམས་ལ་རྗེས་བྲིད་བྱས་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་  
སྐད་དུ།

མཛེས་མ་མཁའ་ལ་སྒྲ་བ་ཡི། །

དགྱེལ་འཁོར་མཛེས་པས་བདག་གི་ཡིད། །

ཡིད་སྤྱབས་ཀྱིས་མནན་བརྟེ་མེད་དུ། །

འཛམས་པར་བརྟེན་པ་འདི་ལ་སྟོས། །

མཛེས་མ་ཞེས་འདོད་ལྷན་འགའ་ཞིག་གིས་བོས་ནས་  
མཁའ་ལ་སྒྲ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་མཛེས་པ་འདི་ཤར་བ་  
མཐོང་བས་བདག་གི་ཡིད། ཡིད་སྤྱབས་ཏེ་འདོད་སྟོའི་  
དཔུང་འདོད་ཆགས་དྲག་པོས་མནན་ཏེ་བརྟེ་མེད་དུ་

འཛམ་ས་པར་བཙོན་པ་འདི་ལ་སྟོས་ཤིག་ཅེས་  
པའོ། སྟོར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་དེ་བཤད་པ་ནི། ཞེས་པ་  
ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བར། བློས་པ་དག་ནི་རྗེས་བྲིད་  
འདོད། དེ་ལྟར་ཤིན་ཏུ་མི་རིང་བའི་བར་ཅན་ཏུ་བློས་  
པ་ཇི་ཙམ་གྱིས་སྟོན་སྟེང་བའི་འདུ་བྱེད་སང་པར་  
འགྱུར་བ་དེ་ཙམ་ནི་སྟོ་ཤར་གྱི་ལམ་གཉིས་ཀས་རྗེས་  
བྲིད་ཏུ་འདོད་དོ། །

གསུམ་པ་རིང་བར་བློས་པའི་རྗེས་བྲིད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ན་ཏུ་རྩ་མ་མུ་ལྷ་སྟོང་། །

ས་དྲི་ཤུག་མུ་མི་ཏེ།

ཞེས་པ་འདི་ལ་རྒྱང་པ་དང་པོའི་རྩ་མ་མུ་ཅེས་པའི་པའི་མུ་  
དང་། གཉིས་པའི་ཙུག་མུ་ཞེས་པའི་མུ་ཞེས་པའི་མུ་ཡིག་

རིང་པོ་གཉིས་ཏུ་ཅང་འགྱུངས་ཆེས་པ་བར་ཐག་རིང་  
པོར་བསྐྱར་བའི་རྗེས་བྲིད་དོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

དགའ་མ་བཞིན་གྱི་ཆུ་སྐྱེས་དང་། །

མཚུངས་པ་སྒྲ་བ།

དགའ་མའི་བཞིན་རས་ཆུ་སྐྱེས་པ་རྒྱའི་ངོ་བོར་བཀོད་པ་  
འདི་དང་མཛེས་ཆོས་མཚུངས་པའི་དཔེ་ནི་ནམ་མཁའི་  
སྒྲ་བའོ། །ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །ཞེས་མི་འདོད། ཅས་པ་ནི།  
སྟོ་ཤར་གཉིས་ཀས་མི་འདོད་པའམ། ཡང་ན་སྟོ་པ་ཁོ་  
ནས་མི་འདོད་ཅིང་ཡུལ་དབུས་འགའ་ཞིག་དང་ཤར་  
ཕྱོགས་པ་འདོད་ཅས་སྐྱེ་གཉིས་གསུངས་ཞེས་འཇམ་  
དབུངས་ཁ་ཆེའི་འགྲེལ་པར་འབྱུང་། སྟོ་པས་མི་འདོད་  
པའང་བར་ཐག་ཏུ་ཅང་འགྱུངས་ཆེས་པས་རྗེས་བྲིད་དུ་  
མི་འགྲོའོ་སྟུམ་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་ཤར་པ་ཁོ་ན་འདོད་པའི་རྗེས་བྲིད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྤྲ་རམ་པ་རམ་པ་ལུ་ཀུ་རྟོ། །

ཀུ་ཡུ་ཀོ་པ་ལྷ་ནུ་ཀྱི་ཤུ། །

ཚུ་རྟོ་སྤྲ་ལོ་རྟོ་ཀོ་རྟོ་གོ། །

མོ་རྟོ་རྟོ་རྟོ་ས་བོ་ག་རྟོ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལ་ཆོག་ས་དྲག་  
མང་པོའི་རྗེས་བྲིད་དང་། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་ལ་ཨོ་  
ཡིག་མང་པོའི་རྗེས་བྲིད་ཡོད་དོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

བདག་གི་ལུས་དང་ཁྱོ་བ་ལ། །

འདོད་པ་རྩལ་ཅིང་མཛུ་བོ་དན། །

ཁིངས་པ་ཉམས་ཤིང་ཆགས་པ་རྒྱས། །

མྱོངས་པ་སྦྱེས་ཏེ་སྤྲོ་ནམས་སོང་། །

ཞེས་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་བྱད་མེད་འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲུས་  
 བ་ལྟར་བྲས་པ་སྟེ་ཁྱོད་དང་བྲལ་ནས་ཡུན་རིང་དུ་སོང་  
 བས་ལུས་རིད་པ་དང་། མཛེའ་བོའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ཁེངས་  
 བ་དང་བཅས་པའི་ཁྱོ་བའང་ཤ། འདྲོད་པའི་ཆགས་པ་  
 དྲག་པོའི་བྲག་རྩ་ནི་རྩུབ། མཛེའ་བོ་སྟེ་ཡུན་རིང་དུ་  
 འདྲོར་རྒྱས་པའི་བདག་པོ་ངན། མཛེའ་བོ་ལ་མི་འདུད་  
 པའི་ཁེངས་པ་ནི་ཉམས་རང་དབང་མེད་པར་གཟེར་  
 བའི་ཆགས་པ་ནི་རྒྱས། དེའི་རྒྱས་སྒྲོངས་ཤིང་བརྒྱལ་བ་  
 སྒྲེས་ཏེ་སློག་རྣམས་སོང་ནས་འཆི་བ་ལ་བྲག་གོ་ཞེས་  
 པའོ། །དཔེར་བརྗོད་པ་དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་སོགས་སྒྱུར་བ་རྩུབ་པ་དང་། །

གྲོལ་བ་ཡང་ནི་སྟེར་བར་བྱེད། །

དེ་སྟེར་དེ་སྟེར་རྗེས་བྲིད་ནི། །

སྟོ་ཕྱོགས་པ་དག་མི་སྦྱར་རོ། །

རྒྱ་དཔེར་དཔེར་བརྗོད་ཟིན་པ་དེའི་ཕྱིད་སྔ་མའི་རྒྱང་  
 པ་གཉིས་ནི་སྦྱར་བ་རྩལ་པ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་བསྐྱེད་  
 རྒྱ་དང་། ཕྱིད་ཕྱི་མའི་རྒྱང་པ་གཉིས་ཏེ་ཅང་སྟོད་པས་  
 རིག་པ་བེ་དཔྱེའི་སྦྱར་བའི་འགལ་རྒྱ་གྲོལ་བ་དང་། ཡང་  
 གི་སྒྲུས་རྒྱང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྗོད་གསུང་པའི་དེ་མི་མཉམ་  
 པའི་ཡོན་ཏན་སྟེར་བར་ཕྱིད་པ་སྟེ། འཇམ་རྩལ་ཆ་མི་  
 སྟོམས་པ་དེའི་ཕྱིར་སྟོ་ཕྱོགས་པས་ནམ་ཡང་མི་སྦྱར་ལ།  
 ཤར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ཡང་མཛེས་པར་བསམ་ནས་སྦྱར་  
 བའོ། །སྐབས་འདིར་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་གཟེགས་  
 ཆེན་པོ་དག་དབང་སྟོ་བཟང་རྒྱ་མཚོའི་ཞལ་སྔ་ནས་  
 བོད་སྐད་ཀྱི་གདངས་ལ་བརྟེན་ནས་སུམ་ཏྲགས་ཀྱི་པོ་  
 དང་ཤིན་ཏུ་མོ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་ལ་རྒྱ་དཔེའི་སྟོག་  
 ཆེ་རྒྱུད་གི་རིགས་འགྲེ་བཀའ་ནས་དཔེར་བརྗོད་ཕྱིད་པ་

སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པའི་ལེགས་བཤད་གསར་པའོ། །ཞེས་  
 བཀའ་སྩལ་བ་ལྟར་གྲིན་ཏུ་ལེགས་ཏེ་འདྲིར་ཡང་དེ་  
 བཞིན་ཏུ་བཞིན་པ་ཡིན། ཀླང་པ་ལ་བསྐྱོར་བའི་རྗེས་  
 བྲིད་སྐབས་རྗེས་བྲིད་ལ་ཀ་ལྟ་བུ་མཐའ་བརྟེན་འཕུལ་  
 བྲེད་མཚམས་སྦྱར་གྱི་ཡི་གེའི་སྟག་ཁྱགས་མེད་པའམ།  
 ལྟོ་པ་ལྟར་དབྱངས་སྒྲ་ཚགས་སྟག་ཏུ་ཁྱགས་ཚག་པ་  
 དང་། ཤར་པ་ལྟར་མཐའ་བརྟེན་སྟགས་ལ་ངེས་པ་མེད་  
 པའི་དབྱེ་བ་འདི་ནི་ཤོང་དཔང་གི་བརྒྱུད་འཛིན་ནམས་  
 མ་གཏོགས་མཁས་པ་ཕལ་ཆེར་གྱིས་ཀྱང་དགོངས་པར་  
 མ་མངོན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི། གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་  
 ལས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་བྱུར་ཅི་ཡིན་ཆ་མ་འཚལ་  
 ལ། དཔེར་བརྗོད་སྐབས་བོད་སྐད་ལ་ལེགས་སྦྱར་གྱི་  
 རྒྱས་བཀའ་མཛད་ནས། ཡོན་ཏན། རན་ཏན། འོན་ཏང་།  
 རན་ཏན་སྟགས་གྱི་ན་ཡིག་ཕ་རོལ་ཏའི་མགོ་བོར་  
 དྲངས་བར་མཛད་པ་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཆེན་པོའི་

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཞིགས་པ་ལ་འབྱུང་བ་གལ་མངའ་ཡང་།  
 དུལ་གངས་ཅན་གྱི་ཡི་གེའི་བརྒྱ་ཐོག་མར་མཛད་པ་པོ་  
 མཁན་པོ་ཐུ་མེའི་བཞེད་པ་དང་ཅུང་ཟད་མི་མཐུན་པ་  
 འདིས། རི་སྐད་དུ། དགོ་སྤྱོད་དག་གམ་མཁས་རྣམས་  
 ཀྱིས། །བསྐྱེད་པ་བཅད་བརྒྱར་བའི་གསེར་བཞིན་  
 དུ། །ལེགས་པར་བརྟགས་ལ་ང་ཡི་བཀའ། །སྤང་བར་བྱ་  
 ཡི་གུས་ཕྱིར་མིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རེ་ཞིག་བརྟག་  
 པར་བྱ་བའི་གནས་སུ་སྤྱང་ངོ་། །གལ་ཏེ་བོད་ཀྱི་བརྒྱ་  
 དང་མ་མཐུན་ཡང་སྤྱོད་ལེགས་སྐྱར་ལ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་  
 ཉིད་བོད་སྐད་ལ་སྐྱར་ཅུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནའང་  
 ས་པ་རྒྱུ་ཏས། འདིར་ནི་མི་རྣམས་མི་དགོས་ལ། །རྣམ་པར་  
 དབྱེ་ལ་རང་གནས་མིན། །སྦྱོར་བ་དག་ཀྱང་ཐ་དད་  
 པས། །དོན་དེའི་སྦྱོས་པ་རེ་ཞིག་བཞག། ཅེས་པའི་རང་  
 འགྲེལ་དུ་ལེགས་པར་སྐྱར་བའི་སྦྱོར་བྱེད་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་  
 སྐད་སྐྱབ་མི་རྣམས་ལ་བོད་ཀྱི་བརྒྱ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་ཐ་



སྒྲིབ་གོ་བའི་བྱིར། སྐྱོ་ཏའི་རྒྱུ་བྱིས་སྒྲིབ་མེ་དགོས་  
ཤིང་སྐྱོ་གས་གསུངས་པ་དང་རྒྱུ་སྒྲིབ་མེ་དགོས་  
པར་མེད་པར་སེམས་སོ། །

གསུམ་པ་ཞར་བྱང་བྱང་ལྷན་སྒྲིབ་པ་ནི།

ཆོག་པ་འཕྲོད་ལྷན་བསྒྲིབ་པ་ནི། །

ཁོ་ན་བྱང་དང་ལྷན་པར་རིག།

དེ་ཡང་གཅིག་ཏུ་སྒྲིབ་པ་མིན། །

དེ་བྱིར་བྱི་ནས་བསྒྲིབ་པར་བྱ། །

ཡི་གེ་གཅིག་སྐྱོ་གས་བསྒྲིབ་པ་རྒྱུ་སྒྲིབ་དེ་ལྷན་དཔེར་  
བརྒྱུད་བེན་པ་ལྷན་བྱང་། ཡི་གེ་ཆོག་པ་འཕྲོད་ལྷན་  
ཏེ་ཡི་གེ་གཅིག་མིན་གཉིས་དང་གསུམ་ལ་སྐྱོ་གས་པ་  
བསྒྲིབ་པ་དཔེར་ན། མ་དེ་མ་དེ་མ་དེ་བེན་པ་ལྷན་བྱང་  
ལྷན་ཏུ་རིག་ལ། དེ་ལྷན་བྱིར་བྱང་ལྷན་དེ་ཡང་མཐའ་

གཅིག་ཏུ་སྟན་ཞིང་ཉམས་དང་ལྷན་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་  
 ཕྱིར། སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་འཆད་པའི་སྐབས་འདིར་མི་  
 འོས་པས་འདིར་མཆན་ཉིད་ཅམ་བཤད་ཟེན་ནས། དབྱེ་  
 བ་རྒྱས་པ་ཕྱི་ནས་ལེན་གསུམ་པར་སྟོན་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 པའི་དོན་ཏོ། །དེས་ན་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཡང་འདིར་  
 བཀོད་པ་བཞིན་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་དོན་གྱི་ཉམས་ནི།

ངེས་པར་རྒྱན་ནམས་ཀུན་ལ་ཡང་། །

དོན་གྱི་ཉམས་དག་སྦྱིན་པར་བྱེད། །

སྒྲུའི་ཉམས་ཀྱང་སྟན་པའི་རོ་ཉམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
 དང་ལྷན་མོད། དེ་དག་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་ནམས་ཀུན་  
 ངེས་པར་རང་བཞིན་བརྗོད་སོགས་དོན་རྒྱ་སྦྱི་དང་།  
 བྱད་པར་དུ་ཡང་སྒྲེག་པ་ལ་སོགས་པའི་དངོས་པོའི་

ཉམས་ཁུང་པར་ཅན་སྒྱུན་པ་སྟེ་ལྷན་པར་བྱ་དགོས་ལ།  
གཞན་དུ་ན་བཟོད་བྱས་སྟོང་པ་པི་ལང་དང་སྒྲིང་བུའི་  
སྒྲི་བཞིན་དུ་འགྱུར་རོ། །ཞེས་མདོར་བསྟན་ནས་དབྱེ་བ་  
རྒྱས་པར་དཔེར་བཟོད་དང་བཅས་ལེའུ་གཉིས་པས་  
འཆད་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་རོ། །

གསུམ་པ་སྒྲི་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་གྲོང་ཆོག་སྤང་བ་ལ་  
གཉིས། དོན་གྱིས་གྲོང་པ་བསྒྲེག་པ་དང་བཅས་པ་དང་།  
སྒྲིའི་གྲོང་པ་དམིགས་བསལ་དང་བཅས་པའོ། །དང་པོ་  
ནི།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་གྲོང་པ་ཉིད། །

མིན་པའི་ཁྱུར་འདི་ཕལ་ཆེར་འཛིན། །

རྒྱན་ཀྱན་ལ་དོན་གྱི་ཉམས་ཀྱིས་སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་  
སྒྱུན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་ན་འང་སྤང་པར་འོས་པའི་

གྲོང་ཆོག་གིས་བརྗོད་ན་ཉམས་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནར་  
འགྱུར་ཞིང་། གྲོང་ཆོག་གི་བརྗོད་མེན་པ་སྟེ་ཆོག་སྦྱར་དང་  
རྒྱན་ཕུན་གསུམ་ཆོགས་པ་མཁས་པ་རྣམས་ཇི་ལྟར་  
དགྲེས་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་བརྗོད་ན་  
ཉམས་འགྱུར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་འབབ་པའི་ཁྱར་འདི་  
པལ་ཆར་ཏེ་ཤིན་ཏུ་འཛིན་ནོ། །

དེ་དཔེར་བརྗོད་ན།

འདོད་ལྡན་བདག་ལ་གཞོན་ཅུ་མ། །

ཁྱོད་ནི་ཇི་ལྟར་འདོད་མི་བྱེད། །

ཅས་འདི་གྲོང་པའི་དོན་བདག་ཉིད། །

ཉམས་དང་བྲལ་བ་ཁོ་ནར་བྱེད། །

འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པ་བདག་ལ། གྱེ་  
གཞོན་ཅུ་མ་ཞེས་བོས་ནས། ཁྱོད་གྱིས་འདོད་པ་བསྟེན་

པ་སྟེ་སྦྱོང་དུ་འཇུག་པ་ཅིའི་བྱིར་མི་བྱེད་དེ་བྱེད་དགོས་  
སོ་ཞེས་པ་སྟ་བུ། འདོད་ལྡན་གྱིས་གྲོང་པའི་ཆོག་ཆོགས་  
སུ་དབྱུང་མི་རུང་བ་རྗེན་པར་སྦྱས་པ་དེ་སྟ་བུ་གྲོང་པའི་  
དོན་གྱི་བདག་ཉིད་དེ་དེ་ལས་ཉམས་པ་མིན་པ་ཁོ་ན་  
འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་ཉིད་གྲོང་པ་མ་ཡིན་པས་བརྗོད་ན།

གཤམ་མེག་འདོད་པ་གཏུམ་པོ་ནི། །

ངེས་པར་བདག་ལ་བརྩེ་བ་མེད། །

སྦྱོང་ལ་སྦྱོ་མེད་དགའ་ཞེས་པ། །

གྲོང་པའི་དོན་མེད་ཉམས་དང་ལྡན། །

ཀྱེ་གཤམ་མེག་མ་ཞེས་ཟུར་གྱིས་གཤམ་སྦྱོགས་སུ་སྟ་  
བའི་སྒྲིག་ཆོས་ཅན་གྱི་མཛེས་མ་ལ་བོད་ནས། འདོད་  
པའི་འདོད་ཆགས་ཞེས་བྱ་བ་གཏུམ་པོ་འདིས་བདག་ལ་

བཅེ་བ་མེད་པར་གིན་ཏུ་གདུང་བར་བྱེད་མེད་ཀྱང་  
ཁྱོད་ལ་འདི་ཁྱོ་བ་མེད་པར་དགའ་ཞིང་དུང་ངོ་ཞེས་  
འབྱོག་པོར་བཟློད་པས་རང་ཉིད་མཛེས་མ་དེའི་ཡུལ་ལ་  
ཡིད་སྤང་བ་དང་། དེ་ཡང་བདག་ཉིད་ལ་བྱུར་བྱོགས་པ་  
སྟོན་པའོ། དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྟོན་པ་ལ་ནི་གྲོང་པའི་  
དོན་ཏེ་སྟོན་གྱིས་མ་གོས་པར་མ་ཟད་ཉམས་འགྱུར་  
ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་རོ་ཉམས་དང་ཡང་ལུན་པ་ཡིན་  
ནོ།།

གཉིས་པ་སྐྱའི་གྲོང་པ་དམིགས་བསལ་དང་བཅས་པ་ནི།

སྐུ་ལའང་གྲོང་པ་ཉིད་ཡོད་དེ།།

དེ་ནི་ལེགས་པའི་ཅིག་ཤོས་གྲགས།།

དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་བཟློད་པ་ལ།།

ཇི་ལྟར་ཡ་ཡིག་ལ་སོགས་བཞིན།།

དོན་ལ་ཡོད་པར་མ་ཟད་སྤྱི་ལའང་གྲོང་པ་ཉིད་ཡོད་པ་  
 སྤང་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། སྤྱི་གྲོང་པ་དེ་ནི་ལེགས་པའི་  
 ཅིག་ཤོས་མི་ལེགས་པའམ། ཡང་ན་ལེགས་པ་སྟེ་སྟེས་བྱ་  
 དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་འགལ་ཟླ་ཅིག་ཤོས་སུ་གྱུར་པ་སྟེ་བོ་  
 ངན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ནས་བསྐྱལ་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 མཁས་པ་སྟོན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་  
 གདམས་པའོ། །དེ་རིམ་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དགའ་བའི་དགའ་  
 རྟོན་འབྲིག་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་ཡ་ཡིག་དང་།  
 སོགས་པས་སྟ་ཡིག་སྟེ། དེ་གཉིས་སྟེལ་བས་འབྲིག་པའི་  
 དངོས་མིང་གི་གྲོང་པར་འགྱུར་བ་འོག་ནས་ཀྱང་རྟོན་  
 པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལྟར་སྤྱི་གྲོང་པའི་མཚན་ཉིད་ངོས་བཟུང་ནས་ནང་  
 ཚན་གྱི་དབྱེ་བ་ནི།

ཚིག་གི་མཚམས་སྒྱུར་གྱིས་ཁྱགས་དང་། །

སྒྲུང་ཡང་ངག་དོན་དག་གིས་ཀྱང་། །

ཉེས་པར་རྟོགས་བྱེད་གྲོང་པ་སྟེ། །

དེ་ཡང་ཆོག་གི་མཆོམས་སྒྱུར་ལྷགས་སམ། གཙོད་  
མཆོམས་ལོག་པའི་དབང་གིས་གྲོང་ཆོག་ལྷགས་པ་དང་།  
སྒྲུང་ཡང་སྟེ་དེར་མ་ཟད་གཙོད་མཆོམས་ཐ་མི་དད་  
ཅིང་དོན་ལ་སྒྱུན་མེད་ཀྱང་། ངག་ཆོག་ཆོགས་པ་ལ་  
བརྟེན་ནས་གོ་བྱ་ཐ་དད་གཉིས་ཀྱི་ཅིག་ཤོས་གྲོང་ཆོག་  
ཏུ་གོ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུས་ཀྱང་ཉེས་པ་སྟེ་ངོ་ཚ་  
བའམ་མི་མཛོས་པར་རྟོགས་པར་བྱེད་ནུས་པ་དེ་གཉིས་  
ཀ་ཡང་སྤང་བྱའི་གྲོང་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་དག་ལས་དང་པོ་ནི་དཔེར་ན།

ཡུ་ལྷ་མ་ཏུ་ཕྱི་ཡུ་བཞིན། །



ཞེས་པའི་ཡཱ་ནི་གང་། ལྷ་མ་ཏུ་ཞི་བྱོང་གི། བྲི་ཡཱ་ནི་  
དགའ་མ་ལ་འབྱུང་པས། གང་བྱོང་གི་དགའ་མ་ཞེས་  
བཟོད་རྒྱུ་ལ་ཉན་པ་པོས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་གོ་ན་གྲོང་  
ཆོག་དུ་མི་འགྱུར་ཡང་། ཆོག་མཆོམས་གཞན་དུ་སྦྱར་  
ནས་གཙོད་མཆོམས་ལོག་ན། ཡཱ་ལྷ་འབྲིག་པ། མ་  
ཏུ་ལྷན་པ། བྲི་ཡཱ་དགའ་མ་སྟེ་འབྲིག་ལྷན་དགའ་མ་  
ཞེས་གོ་ཞིང་གྲོང་ཆོག་དུ་གྱུར་བས་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་མི་སྦྱོར་  
རོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་དཔེར་  
བཟོད་མཛོད་པ་ལྟར་ན།

མོ་མཆོན་བཟང་ལྷན་འདི་ཡིས་ནི། །

བྲིམ་གཉིས་སུ་ནི་ལུན་ཆོགས་བསྐྱེད། །

ཅས་པ་དང་།

བྱ་སྟེ་གཉིས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །

མཛེའ་བ་སོ་སོར་འབྱེད་པར་བྱེད། །

ཅེས་པའི་མོ་བྱད་མེད་དང་མཚན་བཟང་བཟླ་གིས་གིང་  
དགོ་བའི་མཚན་ཅན་དང་། བྱ་ནི་འདབ་ཆག་ནི་ཙོ་ལྷ་  
བྱ། ལྷེ་གཉིས་པ་ཕྱ་མ་མཁན་གྱིས་མཛེའ་བ་མི་མཐུན་  
པར་འབྱེད་པ་ལ་བསམས་ནས་བརྗོད་ཀྱང་། མོ་མཚན་  
ཞེས་དང་། བྱ་ལྷེ་ཞེས་བཅད་པས་གྲོང་ཆོག་མི་མཛེས་  
པར་འགྱུར་བ་ལྷ་བུའོ། །དོན་དེ་ཉིད་གྲོང་ཆོག་ཏུ་མི་  
འགྱུར་བར་སྦྱོར་ལྷགས་གྱང་ཐང་པ་བདེ་བའི་སློ་གྲོས་  
གྱིས།

མཚན་ཉིད་བཟང་ལྷན་བྱད་མེད་འདིས། །

བྱིས་གཉིས་སུ་ནི་དཔལ་སྟེར་བྱེད། །

འདབ་ཆགས་ལྷེ་གཉིས་པ་ཡིས་ནི། །

མཛེའ་བའི་དོན་མཐུན་གཉིས་སུ་འབྱེད། །

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། བཟང་ལྡན་ནི་མཚན་བཟང་  
ལྡན་པ། བྱིས་གཉིས་ནི་པ་དང་ཁྱོའི་བྱིས་གཉིས་སུ་སྟེ་  
གཞན་གོ་སྟེ། །

གཉིས་པ་ངག་དོན་གྱི་གྲོང་ཆོག་གོ་བྱ་ཐ་དང་པ་གཉིས་  
ལས་ཅིག་ཤོས་གྲོང་ཆོག་ཏུ་གོ་བར་འགྱུར་བའི་དཔེར་  
བརྗོད་ནི།

གཞན་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་ནི། །

སྟོང་ལྡན་པའི་བེ་ཐུང་། །

གཞན་དག་པོ་ལ་གཡུལ་ངོར་མཚན་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་  
དཔེར་བོ་སྟོང་སྟེ་བཙོན་འགྱུས་དང་ལྡན་པ་མི་ཐུན་  
ཏུ་རྣམ་པར་གནས་པ་ལ་འཇུག་པས།

གཞན་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་ནི། །

བཙོན་འགྱུས་ལྡན་པ་རྣམ་པར་གནས། །

ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་ལ། གཞན་གྱི་སྐད་དོད་པ་རམ་མཚན་  
དུའམ་ཤིན་དུ་ལ་འཇུག་པས་རང་གི་དགའ་མས་ཚན་  
མི་ཤེས་པར་བུད་མེད་གཞན་ལ་ཤིན་དུ་བསྐྱུན་ཅིང་  
བཤོད་ནས་སྐྱེས་བུ་འདོད་ལྡན་སྒྲིལ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་བའི་རྒྱན་  
ཡང་ཡང་འབབ་པ་དང་ལྡན་པས་ལྷས་དུབ་སྟེ། མི་སྐྱོན་  
ཏུ་རྣམ་པར་ངལ་ལོ་ཞེས་པར་ཡང་གོ་བས།

གཞན་ལ་བསྐྱུན་ནས་སྐྱེས་བུ་ནི། །

ལུ་བ་ལྡན་པ་རྣམ་པར་ངལ། །

ཞེས་པའི་གྲོང་ཚོག་མི་མཛེས་པར་འགྱུར་བའོ། །དེ་ཉིད་  
བོད་སྐད་ལ་དཔེར་མཚན་པ་གུང་ཐང་པས།

མི་མོའི་མཚན་མ་བདག་གིས་རྟོགས། །

སྒྲིགས་མཁས་སྒྲིགས་ཀྱི་འཕྱལ་འཁོར་སྒྱུར། །

མི་རྟོག་ཁ་འབྱེ་འབྱེ་ལ་ཉེ། །

དགའ་འོ་འོ་བྱེད་ཆོས་ཡིན་ནོ། །

ཞེས་པའི་ཆོག་དོན་ལ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་བརྟུན་དང་བསྟུན་  
ན་ངོ་ཆ་བར་འབྱུང་བའི་གྲོང་ཆོག་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་།  
སྐྱེ་བོ་ཕལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཕལ་སྐད་ཀྱི་བརྟུན་ལྟར་གོ་ན་  
བཞད་གད་དང་ངོ་ཆ་བའི་གནས་སུ་འབྱུང་བས་སྤང་  
ངོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་དག་རངས་  
པོའི་དོན་ལ་བརྩི་བས་གཅོད་མཆོམས་ལ་སྟོས་པ་སྤྲུལ་  
ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟ་བུ་སོགས་ལམ་དག་ནི། །

གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བསྐྱགས་མ་ཡིན། །

དཔེར་བརྗོད་ཟིན་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་དང་སྐྱེའི་གྲོང་པ་  
ནི་སྟོ་པ་དང་ཤར་པའི་ལམ་གཉིས་ཀ་དག་ལའང་  
བསྐྱགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་སྐྱོན་ཡིན་པས་སྤང་བར་བྱའོ། །འོ་

ན་སྤྱིང་མོ་ལ་འཇུག་པའི་སྟ་གི་རྒྱ་ཞེས་པའམ་གཞན་དུ།  
 སྟ་ག་ལེགས་ལྷན་བྱུང་འཇུག་སྟེ། བྱུང་མེད་ཀྱི་ནི་  
 མདོམས་ན་གནས། མི་རྣམས་དགའ་བར་བྱེད་པས་  
 རི། དེ་ནི་སྤྱིང་མེད་བྱ་ཞེས་བྱ། ཞེས་འབྱུང་བ་བཞིན།  
 མོ་མཚན་ཅན་མར་ཡང་གོ་སྤྱིང་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 བཅོམ་ལྷན་མ་ལ་འཇུག་པའི་སྟ་ག་མ་དེ་ཡང་དེར་གོ་  
 སྤྱིང་པ་དང་། སྟ་སྟ་ག་སྐལ་པ་བཟང་པོ་ཡང་མོ་མཚན་  
 བཟང་མོར་གོ་བྱུང་བ་དང་། དུར་སྟ་ག་སྐལ་པ་ངན་པ་  
 མོ་མཚན་ངན་པར་གོ་བྱུང་བ་སོགས་ཀྱང་གྲོང་ཆོག་  
 དུ་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ།

སྟ་ག་མ་དེ་སྟ་གི་རྒྱ། །

ཞེས་སོགས་ཀྱང་དུ་ཁས་ལེན་ཉིད། །

དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྤྱིང་མོ་དང་བཅོམ་ལྷན་མ་དང་སྐལ་པ་  
 བཟང་པོ་དང་སྐལ་པ་ངན་པ་སོགས་སུ་མཁས་པ་

ཡོངས་ལ་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་ཟིན་པས། མོ་མཚན་ཅན་མ་  
ལ་སོགས་པར་འཇུག་པའི་སྐབས་ཡོད་ཀྱང་གྲགས་ཆུང་  
བས་སུས་ཀྱང་དེར་གོ་བར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། གྲོང་  
ཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཞིང་ཤར་སྟོའི་ལམ་སྲོལ་གཉིས་ཀ་  
ལའང་སྤང་མི་དགོས་ཏེ་ཁས་ལེན་པ་ཉིད་དོ།

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེ་ལྟ་སྟན་པ་རྣམ་པར་བྱ།

དེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་བཞི་པ་སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་སྟོ་ཤར་  
ཐུན་མོང་དང་སོ་སོའི་འདོད་པ་རྣམ་གསལ་གྱི་དཔེར་  
བརྗོད་དང་བཅས་པ། དེའི་མི་མཐུན་སྟོགས་སྤྱད་དོན་གྱི་  
གྲོང་པ་ངོས་བཟུང་ཞིང་སྤང་ཚུལ་དམིགས་བསལ་སྟོན་  
མེད་དང་བཅས་པ་སྟེ་ཇི་ལྟར་སྟོར་བའི་ཚུལ་རྣམ་པར་  
བྱ་སྟེ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཏོ།

༥ ཤེན་རྩ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན།

ལྷ་པ་ཤེན་རྩ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས། དངོས་སྟོང་  
པའི་ལྷ་གས་དང་བསྟོག་པ་ཤར་པའི་ལྷ་གས་སོ། །དང་པོ་  
ལ། མཚན་ཉིད། དཔེར་བརྗོད། དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་  
ནི།

ཤེན་རྩ་གཞོན་པ་བཤད་པར་བྱ། །

རྩལ་མེན་ཡི་གེ་མང་བ་ནི། །

ཤེན་རྩ་གཞོན་པ་ཉིད་རྩ་འདོད། །

གང་སྤྱིར་ཐམས་ཅད་མཉེན་པ་ནི། །

སྤྱིར་བ་སྟོང་པའི་སྤྱིན་རྩ་བཤད། །



ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཞེས་པའི་སྐྱ་རྒྱན་དེ་འདིར་རྒྱས་པར་  
 བཤད་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅས་ནས། དེ་ཡང་ཇི་ལྟ་བུ་  
 ཞེ་ན། རྟ་ཡིག་དང་སྟ་ཡིག་ལ་སོགས་པ་རྩུབ་པ་ཆོགས་  
 གྱིས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་ཡི་གེ་མ་ཡིན་པ། ཀ་ཡིག་དང་  
 ལ་ཡིག་ལ་སོགས་པ་འཇམ་པ་ཆུང་བར་ཐོས་པའི་ཡི་གེ་  
 ཤིན་ཏུ་མང་བ་ལ། རྩུབ་པ་སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་ཡང་  
 གཏན་ནས་མེད་པ་ལ་ཡིན་པར་འདྲེས་ཅམ་ཡོད་པ་དེ་  
 བེ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་སྟོ་སྟོགས་པའི་ལམ་  
 འདིར་འདོད་དོ། །འོ་ན་རྩུབ་པའམ་སྐྱ་བའི་ཡི་གེ་གཏན་  
 ནས་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་ཤིན་གཞོན་པར་མི་འདོད་པ་ཅི་  
 ཞེ་ན་གང་གི་སྤྱིར་ཡི་གེ་ཐམས་ཅད་མཉེན་ཅིང་ཡང་བ་  
 བེ་སྤྱིར་བ་སྟོད་པའམ། གྲོལ་བའམ། ཡང་བའི་སྤྱིན་ཅན་  
 དུ། ལྷ་ལ་རྟེ་ལྷ་ལྷ། ལྷ་ལྷ་ལེ་ཀ་ལེ་ལ། ཞེས་སྤར་བཤད་  
 ཟེན་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མཐུ་ལྷ་གྲི་ཏུ་མཐུ་ཏི། །

ཀའྲེམ་རྒྱ་ར་གྲི་ཏི་སྟེ། །

ཀ་ལྷ་པེ་ནམ་པོ་ཏུ་རྟེ། །

ཀྲ་ལེ་རྩོ་སྒྲ་ཏ་སྒྲ་ལེ་ནི། །

ཞེས་པའི་ནང་དུ་ཏུ་ཡིག་དང་། ཐ་ཡིག་དང་། ལྷ་ཡིག་  
དང་། ལྷ་ཡིག་སྟེ་སྟོག་ཆེན་གྱི་ཡི་གེ་བཞི་འདྲེས་ཤིང་  
གཞན་ཐམས་ཅད་འཇམ་ཞིང་མཉེན་པ་འབའ་ཞིག་  
པར་ཡོད་པས་བརྗོད་བདེ་ཞིང་ཉན་པ་པོའི་ན་བར་  
སྟན་པའི་ཡོན་ཏན་ཅན་དུ་ཡོད་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་  
དུ།

ཐྱིན་གྱི་ཐོང་བ་ལྷན་དུས་སུ། །

སྟན་པར་སློགས་པའི་མགིན་ལྡན་པ། །

མ་བྱ་ཡི་ནི་མཇུག་མ་དག། །

ལྷམ་པོར་བྱས་ནས་གར་བྱེད་དོ། །

ཆར་སློན་སློན་པོའི་ཚྲགས་ཀྱི་བྲེང་བ་གཡོ་བ་དང་ལྡན་  
པ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་དགའ་བས་སློས་པའི་སྐད་སྟན་  
པར་སློགས་པའི་མགིན་པ་དང་ལྡན་པ་མ་བྱའི་ཚྲགས་  
ནམས་ནི་མཇུག་མའི་སློ་དག་གཏུགས་ཀྱི་ནམ་པར་  
བརྒྱུང་བ་ལྷམ་པོར་བྱས་ནས་གར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

ཞེས་པ་དོན་རྒྱས་ཉིད་མ་ཡིན། །

རྒྱན་ཡང་དེ་འདྲ་ཡོད་མེན་ཏེ། །

ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་ཉིད་ཀྱི་དེ། །

དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་ན་གནས། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བཅོལ་པ་དེ་ལ་ནི་དབྱར་  
 ཆར་སྒྲིན་འབྲིགས་པའི་སྐབས་སུ་མ་བྱ་དགའ་བས་གར་  
 བྱེད་ཅེས་པ་ཅམ་ལས་གཞན་པ་བཅོལ་བྱའི་དོན་ཟབ་  
 རྒྱས་ཆེ་བ་སྟོན་པ་མ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཡང་བྱ་  
 བའི་རང་བཞིན་བཅོལ་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། དེ་འདྲ་སྟེ་  
 བཅོལ་ཅིང་སྤུལ་ཆེ་བ་སྤུལ་བྱུང་དང་། སྤྱིད་པ་ཅན་དང་  
 གཟུགས་ཅན་ལ་སོགས་པ་ཅི་ཡང་མེད་མོད་ཀྱི་ཤིན་ཏུ་  
 གཞོན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱི་རྒྱུ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
 དེའི་ཡོན་ཏན་ནི་བཅོལ་བྱའི་དོན་དང་། རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་  
 རྒྱུ་གཞན་ལ་མ་སྟོས་པར་ཡང་རང་སྟོབས་ཀྱིས་མངོས་  
 པའི་བྱུར་ཆོག་སྦྱར་དེ་དམ་པ་སྟེ་སྟོན་ངག་མཁན་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཞལ་ལ་གནས་ཤིང་མངོས་པར་བྱེད་  
 པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་བསྐྱགས་པ་བཅོལ་པའོ། གཉིས་པ་



ཞེས་ཀླ་ཡིག་མང་པོ་བཀོད་པས་བརྗོད་དཀའ་ཞིང་

བརྗོད་པ་གསལ་བའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་མཐའ་དག །

སྐད་ཅིག་གིས་ནི་ཉམས་པར་བྱས། །

འདྲིའི་ལོ་རྒྱུས་བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་

འབྱུང་བ་ལྟར་རམ། དེ་དང་ཅུང་ཟད་མི་མཐུན་པ་

གཞན་ཡང་འདྲི་ལྟར་ཐོས་ཏེ། དེ་ཡང་སྟོན་ནགས་ཚལ་

དུ་གནས་པའི་དྲང་སྟོང་ཇ་སྒྲིལ་མ་བྱེད་ཤ་ཞེས་བྱ་བ་

རང་གི་བྱ་བྱེད་ལ་པར་རྒྱ་མ་དང་ལྟན་ཅིག་འདོད་པ་

འཇོ་བའི་བ་དང་བཅས་ཏེ་གནས་པའི་དུས་སུ་ཡུལ་གྱི་

རྒྱལ་པོ་ས་ཏ་སྟུ་ན་ཞེས་པ་འཁོར་མང་པོ་དང་བཅས་

ཏེ་ནགས་སུ་རི་དྲགས་བཞོར་དུ་ཕྱིན་པ་ལ། དྲང་སྟོང་

དེས་རྒྱལ་པོ་འཁོར་བཅས་ཀྱིས་གང་འདོད་པའི་ཟས་

གོས་གནས་མལ་སོགས་ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་འཇོད་པ་

མེད་པར་བསྟུངས་པས། རྣམ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོའི་བསམས་  
 པར་དང་སྤྱང་འདི་འདི་སྟར་ནགས་ན་གནས་གནས་པ་  
 ཞིག་ཡོ་བྱད་ཀྱིས་འཕྱངས་པ་མེད་པར་རྒྱལ་པོ་འཁོར་  
 དང་བཅས་པའང་ཡིད་མཁྱུ་བར་བྱེད་ཅུས་པ་གང་གི་  
 མཐུ་ཡིན་སྟམ་དཔྱད་པས་འདོད་འཇོའི་བའི་མཐུར་  
 ཤེས་ནས་དེ་འཕྱོག་དང་སྤྱང་བསད། པར་རྒྱ་མ་བྱིས་པ་  
 རྒྱང་རྒྱར་གནས་པ་ནགས་སུ་བྱོས་ནས་མ་བེན་པ་ལ་དེ་  
 ཆེར་སྦྱིས་པ་ན་བསམས་པ། ཀྱེ་མ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ནི་བྱས་  
 པ་དྲིན་དུ་མི་གཙོ་བ་བྱ་ཆོམས་སུ་འཇུག་པ་གཏུམ་ཞིང་  
 དྲེགས་ལ་ལྷང་ཞིང་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ཤ་སྟག་སྟེ།  
 བདག་གི་ཕ་དང་སྤྱང་ཆེན་པོ་དེ་ཉེས་པ་མེད་པར་མ་  
 ཟེད་ཕན་བཏགས་པའི་ལན་དུ་གཞོད་བསྐྱལ་ནས་  
 བསད། འདོད་འཇོའི་བ་ཡང་འཕྱོག་སྟེ་བདག་གཅིག་  
 དུར་སྟུག་བསྐྱལ་མང་པོ་སྤྱང་དུ་བཅུག་སྟམ་ཆེར་སྦྱོས་  
 རྣམ་ས་སྟེང་གི་མི་མང་པོ་བཟན་དུ་བཀོལ་བའི་གཡུལ་

བཤམས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་ས་ཏ་སྤྱི་རྒྱ་ནའི་ལག་པ་སྟོང་དག་  
 ལྷས་བཅད་ནས་བསད། དེའི་ཞར་ལ་ད་ཤར་ཐ་སྟེ་གིང་  
 ཏྲ་བརྩུ་པའི་ཕ་མ་གཏོགས་པ་ས་སྟེང་གི་རྒྱལ་རིགས་  
 ཐམས་ཅད་ཁ་བཏགས་པ་ལན་གསུམ་བྱས་སོ་ཞེས་  
 གྲགས། དེས་ན་འདི་སྟ་བྱབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་འདུན་  
 པ་དག་སྟ་རྩ་མ་ཁ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཡིན་པས། དེས་ས་སྟེང་  
 གི་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་སྐད་ཅིག་སྟེ་  
 དུས་ལུན་ཐུང་དུས་འཛོམས་པར་བྱས་ཞེས་པའི་གཏམ་  
 རྒྱད་དེ་དང་སྐར་ནས་བརྗོད་པའང་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་  
 སྐབས་འདིར་རྩ་སྒྲིལ་འབྲེལ་པར། རྒྱལ་ཏེ་སྟག་མ་  
 མེད་པས་རྒྱལ་རིགས་རྣམས་ཀྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྟེ་ཚན་སྐད་  
 ཅིག་གིས་ཏེ་དུས་ཐུང་དུས་འཕྲལ་དུ་ཉམས་པར་བྱས་  
 སོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །དེའང་དག་སྟ་རྩ་མའམ་གཞན་  
 འགའ་ཞིག་གིས་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས་  
 རྒྱལ་ཞེས་པ་མཐའ་དག་གི་དོན་ཡིན་པར་རྒྱ་འབྲེལ་



གཉིས་ཀར་གསལ་ཞིང་། དག་སྟ་རྩ་མའི་མིང་ལའང་  
 རྒྱུ་ཞེས་མངོན་བཟོད་རྣམས་སུ་སྒྲ་གཅིག་དོན་མང་གི་  
 སྐབས་སུ་བཤད་ཀྱང་། པར་རྩ་མ་ཁོ་ན་ཡིན་ན་རྒྱ་  
 འགྲེལ་དུ་བྱེད་པ་པོ་ངོས་འཛིན་པའི་ཆོད་ག་སྟ་རྩ་  
 མའམ་གཞན་འགའ་ཞིག་གིས་ཞེས་བྱེད་པ་པོ་མ་ངེས་  
 པར་བཟོད་མི་འོས་པའི་ཕྱིར། གཞུང་ཆོག་ཀྱང་འགྱུར་  
 ཉིང་དུ་རྩ་ཁྲིམ་ཞེས་བྱེད་པ་པོ་དག་སྟ་རྩ་མ་ཁོ་ན་ལ་  
 ངོས་བབྱང་ནས་བསྒྱུར་འདུག་ཀྱང་། རྩེ་པན་ཆེན་སྒྲ་  
 མའི་ཞལ་སྒྲོབ་སྒྲོམ་རག་པ་ཀམ་ཆོད་བང་དཔལ་འབར་  
 གྱིས་མཛད་པའི་འགྲེལ་བཤད་བུ་རམ་ཤིང་གི་སྒྲོན་པར།  
 འདི་ལ་འགྱུར་སྒྲ་མར་རྒྱུ་ཞེས་བསྒྱུར་ཀྱང་། འདོད་  
 འཛིན་རྒྱུ་མཐའ་དག་གི་དོན་དུ་བྱས་ཏེ་འདི་དངས་  
 ཡོད་པས་འགྱུར་བཅོས་པ་ཡིན་ལ་རྣམ་དབྱེ་རྒྱ་བྱིན་  
 པའང་ཕྱོགས་བཟོད་པའི་དོན་དུ་སྒྲ་ང་ངོ་། །ཞེས་བཀྲལ་  
 ཞིང་འགྱུར་བཅོས་པ་ཉིད་སྐབས་འདིར་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་

མའི་བཞེད་པ་དང་ངེས་པར་མཐུན་པས་འདིར་ཡང་དེ་  
 བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། བོད་སྐད་ལ་སྒྲིན་གྱི་མཁས་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས། དམ་པ་བདག་དང་གཞན་པམ་ལས་ལ་  
 དགའ། དམན་པ་ཆང་དང་དགའ་མ་དག་ལ་  
 དགའ། མ་བྱ་འབྲུག་སྐྱོ་སྒྲིགས་སྒྲིན་འབྲིགས་ལ་  
 དགའ། སྒྲེབས་སྒྲིམ་སྒྲེབས་པ་བཟའ་བཏུང་མེ་ལ་  
 དགའ། ཁེས་པའི་རྐང་པ་སྒྲ་མ་གཉིས་དངོས་སྟོ་པ་  
 དང་། ཕྱི་མ་གཉིས་སྒྲིག་པ་ཤར་པའི་ལྷགས་སུ་དཔེར་  
 བཅོམ་དོ།

སྐབས་འདིར། གསལ་ཕྱིར་གཞན་དག་པལ་ཆེར་  
 རྟོ། སྐོགས་འགྲེལ་ལྷགས་དཔང་རྒྱལ་ཁྱེད་ཀྱང་རྒྱ་འགྲེལ་  
 དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར། དོན་གྱི་དགོངས་པ་འདིར་བཀོད་  
 པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་གསུང་ཚུལ་རྩུང་ཟད་ཆོག་འབྲུགས་  
 པས་གོ་མེ་བདེ་བར་སྒྲུང་བ་ལ་བརྟེན་ནས། བོད་འགྲེལ་

སྒྲིལ་བཅས་ཅད་དུ་སྒྲུབ་བསྟན་པ་སྒྲིལ་བྱུགས་པའི་  
 འདོད་པ་དེ་བརྗོད་བྱའི་དོན་གསལ་བའི་བྱིར། ཤར་  
 བྱུགས་པ་དག་སྐབས་འགའ་ཞིག་དུ། འདོད་ཅེས་དཔེར་  
 བརྗོད་སྒྲུབ་མ་ལ་ཡར་སྒྱུར་ནས་བཀྲལ་བ་ཤ་སྟག་དུ་  
 འདུག་པ་ནི་ནོར་བ་སྟེ། རྒྱུ་མཚན་འདི་ཤར་བྱུགས་པའི་  
 འདོད་ཚུལ་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་དང་། དཔེར་  
 བརྗོད་སྒྲུབ་མའི་མཚན་ཉིད་ཡི་གེ་འཇམ་པ་མང་བས་  
 བརྗོད་བདེ་བ་ཁོ་ནར་བཤད་ཀྱི་བརྗོད་བྱའི་དོན་གསལ་  
 མི་གསལ་གྱི་ངེས་པ་གང་ཡང་མ་གསུངས་པས། དེ་སྟར་  
 བཤད་ན་མི་འགྲིག་པའི་སྒྲིལ་དུ་འགོ་བ་དང་། གསལ་  
 བྱིར་ཞེས་པ་ནི་ཁྲ་ཡིག་ལྟ་བུ་རྩལ་པའི་ཡི་གེ་དེ་ཉིད་  
 ཚོགས་ཀྱིས་བརྗོད་དགོས་པས་བརྗོད་པ་གསལ་བའི་  
 ཡིན་ཏན་དུ་གོ་ཁ་པས་འདོད། ཅེས་དཔེར་བརྗོད་འོག་  
 མ་ལ་མར་བསྟེགས་དགོས་པར་རྒྱུ་འགྲེལ་ནས་བཤད་  
 པའི་བྱིར་རོ།

ུ རོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན།

རྒྱག་པ་རོན་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས་ཏེ། ཤར་སྟོ་  
གཉིས་ཀས་འདོད་པ་དང་། གཉིས་ཀས་ཀྱང་མི་འདོད་  
བའི་སྤང་བྱའོ། །དང་པོ་ལ་མཆན་ཉིད་དང་དཔེར་  
བརྗོད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

རོན་གསལ་རོན་བརྟགས་མི་དགོས་ཉིད། །

ཅས་པ་སྟེ། བརྗོད་བྱའི་རོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་རྗོད་  
བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱའམ་རོན་ལས་རྟོགས་  
པར་འགྱུར་བའི་བྱར། སྤར་ཡང་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་མི་  
དགོས་པ་དེ་ནི་ཡོན་ཏན་རྒྱག་པ་རོན་གསལ་གྱི་མཆན་  
ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

འཕྲོག་བྱེད་ཀྱིས་ནི་ས་གཞི་དག །

མིག་པས་བཅད་པའི་སྤྱི་ཐུག་གིས།

དམར་བ་ཆུ་ཡི་གཏེར་ལས་ཕྱུང་།

ཞེས་པ་སྒྲོན་ས་ཆེན་པོ་འདི་འོག་གཞིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོའི་ནང་དུ་རྒྱབ་ཅིང་བྱིང་བར་གྱུར་པ་ན་ས་སྤྱིང་དུ་  
གནས་པའི་སྤྱི་འགོ་རྣམས་གང་ལ་རྟེན་དུ་བྱ་བའི་  
གནས་སྤྱིང་པར་མ་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་སྤྱི་ཆེན་པོ་ཐུབ་  
འཇུག་ཉིད་ལྷགས་ཀྱི་ཕག་པ་ཆེན་པོར་སྤྱི་ལ་ནས་ས་  
འོག་དུ་ཐུགས་ཏེ། དེའི་མཆེ་བས་གྲེན་དུ་བཏེག་པའི་ལོ་  
རྒྱུས་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་ལས་འབྱུང་བ་སྤྱིར་བཏོད་པ་  
སྤྱི། འདིའི་ཕག་པ་ནི་ཐུབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་གསུམ་པ་  
བླ་ར་ཏ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ཅིང་། བཏོད་བྱའི་དོན་ཚང་  
བར་ཏོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་དངོས་སུ་བེན་ཅིང་བསྟན་པས་  
སྤྱིར་བཏེགས་མི་དགོས་པ་དེ་སྤྱི་བུའོ། །འོ་ན་འདི་དང་  
བེ་དམས་འདོད་པའི་རབ་དྲུངས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དབྱེ་བ་

མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ནི་བརྗོད་བྱའི་  
དོན་ཡང་ཡོངས་གྲགས་ཁོ་ན་བརྗོད་དགོས་ཤིང་།  
འདིར་ནི་དེར་མ་ངས་པའོ། །

གཉིས་པ་ནི།

ཕག་པ་ཆེན་པོ་དག་གིས་ས། །

ཁྱ་གཏེར་དམར་པོ་དག་ལས་ཕྱང་། །

བརྗོད་བྱ་སྤྲ་མ་དང་མཚུངས་ཀྱང་ཕག་པ་དེ་ཉིད་  
འཕྲོག་བྱེད་དེ། བྱ་བ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་ཡིན་པ་དང་།  
ཁྱ་མཚོ་དམར་བའི་ཁྱ། དེས་སྤྱ་རྣམས་བརྗོད་ཤིང་  
བཅད་པའི་བྲག་ཡིན་པ་གཉིས་སྤྲས་མ་ཟེན་པས་མི་  
གསལ་བར་བརྗོད་པའོ། །འོ་ན་དེ་ལྟ་བུ་ཤར་སྟོ་གཉིས་  
ཀས་མི་འདོད་དམ་ཞེ་ན།

ཞེས་པ་འདི་ཉིད་བསྟན་པ་ནི། །

བྱང་འགྲོའི་བྲག་ནི་བརྟག་དགོས་ཉིད། །

ལམ་ནི་གཉིས་ཀ་དག་ལ་ཡང་། །

རྟོགས་པའི་སྐལ་བཟང་མི་ལྡན་ཞིང་། །

སྒྲ་ཡི་ཚུལ་ལས་འགོང་གྱུར་པ། །

འདི་འདྲ་ཕལ་ཆེར་བཞེད་མ་ཡིན། །

དཔེར་བརྗོད་ཕྱི་མ་འདི་ཉིད་གཞུང་འདིར་བསྟན་པའི་  
དགོས་པ་ནི། བག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་དེ་རྗེས་སྒྲ་ཡིན་  
ནམ་སྟམ་བྱུང་འཇུག་གི་འཇུག་པ་ཡིན་པས་མི་ཤེས་  
པས་སྤར་བརྟགས་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་གཉེར་དམར་པོ་  
ཞེས་པས་འོག་གཞིའི་རྒྱ་མཚོ་བྱུང་འཇུག་པག་པའི་  
གཟུགས་ཀྱིས་སྒྲ་རྣམས་བརྗོད་པའི་བྲག་གིས་དམར་བ་  
ཡིན་པ་མི་ཤེས་པར་སྤར་བརྟག་དགོས་པས། རྗོད་བྱེད་  
སྒྲས་མ་བེན་པའི་སྒྲོན་དང་། བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ནས་

གྲང་འདི་འདྲ་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཐོས་ན་མ་གཏོགས་རིག་  
 པས་མི་དཔོགས་པས་རིག་པ་ལས་འགོང་པའི་སྒྲིན་དང་  
 ལྷན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྒྲི་ཤར་གྱི་ལམ་གཉིས་ཀ་དག་ལ་  
 ཡང་དོན་ངེ་བཞིན་པར་རྟོགས་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་  
 དང་མི་ལྷན་ཞིང་། སྒྲ་དང་རིག་པའི་ཚུལ་ལས་འགོང་  
 བར་གྱུར་པ་འདི་ལྟ་བུ་མི་འདོད་ཅིང་སྤང་བར་བྱ་བའོ་  
 ཞེས་སྒྲིན་པའི་སྤང་དུའོ། །འོན་ཀྱང་པལ་ཆར་གྱི་སྤྲུལ་དེ་  
 ལྟ་བུ་ངེས་པར་དགོས་པའི་སྐབས་ཡིན་ན་རུང་བར་  
 སྒྲིན་པ་སྟེ། འདི་ལ་བོད་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་དུ་དཔེར་  
 བརྗོད་བྱི་མ་ཤར་པའི་འདོད་པར་འགྲེལ་བ་དང་། ཞེས་  
 པ་འདི་ཉིད་བསྟན་པ་ནི། བྲང་འགོ་ཁྲག་ནི་བརྟག་  
 དགོས་ཉིད། །ཅེས་པའི་ཆོག་རྐང་གཉིས་པོ་དེའི་མཆན་  
 ཉིད་དུ་འཆད་ཀྱང་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་གཞུང་ཆོག་ལ་  
 ལེགས་པར་བརྟགས་པས་ཀྱང་གསལ་བ་དང་། རྒྱ་  
 འགྲེལ་དང་དཔང་ལོ་ཆེན་པོའི་ཁྲི་ཀུར་ཡང་མ་བཤད་



པས་གོ་བར་རྒྱས་ཤིང་། གལ་ཏེ་དགོས་པའི་དབང་གིས་  
སྒྲིམ་ཀྱང་དོན་མི་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་དེ་འདྲ་  
སྒྱུར་དགོས་པའི་སྐབས་བྱུང་བ་མཐིང་ན། དེའི་ཆེ་ནི་ཤར་  
སྟོ་གཉིས་ཀས་ཀྱང་སྒྱུར་རུང་བ་ཡིན་གྱི། ཤར་པའམ་  
ཤར་པའི་བྱེ་བྲག་པ་འགའ་ཞིག་གི་བྱུང་ཆོས་ཙམ་མ་  
ཡིན་ནོ། །

ལ རྒྱ་ཆེའི་ཡོན་ཏན།

བདུན་པ་རྒྱ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས། སྟོ་ཕྱགས་བེ་  
དཔྱེའི་ལྷགས་དང་ཤར་ཕྱགས་གོ་ཁ་པའི་ལྷགས་  
སོ། །དང་པོ་ལ་མཆོན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། དེ་བཤད་པ་  
གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི།

གང་དུ་འགའ་ཞིག་བཞིན་པ་ལ། །

བྱུང་འཕགས་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་རྟོགས། །

དེ་ནི་རྒྱ་ཆེར་བཟོད་དེ་དེས། །

སྒྲིག་ངག་ལམ་ཀྱན་མགོན་དང་བཅས། །

བཟོད་པ་སྒྲིག་སྒྲིག་བ་གང་དུ་བཟོད་པ་ལྷན་སྐྱེས་ལྷན་སྐྱེས་  
པའི་ཆོག་འགའ་ཞིག་བཟོད་པའི་རྒྱ་ཆེར་བཟོད་པ་དངོས་སུ་མ་  
བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཆེས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་དག་  
ཤྱགས་ལས་འཕངས་པའི་ཚུལ་གྱིས་སྒྲིག་པར་འགྱུར་  
བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་  
བཟོད་ཅིང་། ཡོན་ཏན་ལྷན་སྐྱེས་དང་ལྷན་སྐྱེས་པ་དེ་རྒྱ་  
ཀྱན་གྱི་ནང་ན་མཆོག་གམ་གཙོ་བོའམ་རྒྱ་ལ་པོ་ཡིན་  
པས། དེ་མེད་ན་རྒྱ་གཞན་གྱི་ལམ་སྒྲིག་ཀྱན་མགོན་  
དང་བྲལ་ཞིང་། དེ་དང་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་མགོན་དང་བཅས་པ་  
བཞིན་དུ་མཛེས་པར་འགྱུར་བའོ། །

གཉིས་པ་དེ་དཔེར་བཟོད་པ་ནི།

སྒྲོང་བ་རྣམས་ཀྱི་བཀྱེན་པའི་མིག།

ལན་ཅིག་ཁྱོད་གདོང་ལ་སྒྲུང་བ།།

སྟ་གཅིག་གནས་སྐབས་དེ་ཡིས་སྒྲར།།

གཞན་ཀྱི་གདོང་ལ་སྟ་མ་ཡིན།།

ཀྱི་སྟ་གཅིག་ཞེས་བསྐྱགས་ཡུལ་སྦྱིན་པ་ལ་དཔའ་བའི་  
རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་བོས་ནས། སྒྲོང་བ་པོ་རྣམས་ཀྱི་བཀྱེན་  
པའི་མིག་གིས་སྟར་དུ་རེ་བའི་བསམ་པས་ལན་ཅིག་  
ཙམ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་གི་སྟ་བ་སྒྲུང་བ་སྟེ་བསྐྱས་  
པས། བཀྱེན་ཅིང་འཕྲངས་པས་སྟར་དུ་རེ་བའི་བསམ་པ་  
དྲག་པོ་དང་ལྡན་པའི་གནས་སྐབས་དེས་སྒྲར་ཡང་སྦྱིན་  
པ་པོ་གཞན་ཀྱི་གདོང་ལ་བསྟ་དགོས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་།  
ཁྱོད་ཉིད་ལའང་ཡང་ཡང་བསྟ་མི་དགོས་པར་ལན་ཅིག་

བཟུམ་པ་དེས་རེ་བའི་ཡིད་ཀྱི་ཤིང་རྟ་ཕྱུར་བྱུར་གང་  
བར་འབྱུར་བས་སོ། །ཞེས་པའོ།

གསུམ་པ་ནི།

ཞེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་འདི་ལ། །

གཏོང་བ་བྱུང་འཕགས་ལེགས་པར་མཆོན། །

ལམ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དག་ཀྱང་། །

རིགས་པ་མཚུངས་པས་དཔགས་པར་བྱ། །

དཔེར་བཅོམ་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་དག་འདི་ལ་དངོས་སུ་

རྒྱལ་པོ་འདིས་སྦྱོན་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་སྦྱལ་ཞེས་པའི་

དངོས་བསྟན་མེད་ཀྱང་གཏོང་བ་ཆེས་བྱུང་པར་དུ་

འཕགས་པ་ལེགས་པར་མཆོན་ནུས་པའི་ཆོག་ལན་ཅིག་

ཞེས་པ་དང་། སྤར་གཞན་གྱི་གཏོང་ལ་བཟུ་མེ་དགོས་

ཞེས་པའི་ཆོག་གི་བྱགས་སམ་ནུས་པས་དངོས་སུ་བཅོམ་

བ་ལས་ཀྱང་ལྷག་པར་སྟོན་པའོ། །འདི་ནི་སྟོན་པ་ལ་  
 བསྐྱུགས་པ་སྟེ། ཆོག་གི་ལས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་མཆོན་ནས་  
 དཔའ་བ་དང་། བརྟུལ་པོད་པ་དང་། མང་དུ་ཐོས་པ་  
 དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་རྒྱ་ཆེ་བ་གཞན་དག་གྱང་  
 རིགས་པ་མཚུངས་ཤིང་འདྲ་བས་དཔག་པར་བྱའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་མཆོན་པའི་ཕྱིར། རང་གི་སྒྲིལ་བྱ་འགྲེལ་དུ་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་དཔེར་བཞིན་མཛད་པ་དཔང་  
 རྒྱུ་དུ་ཆོག་ལྷག་པར་མཛད་ནས་བཀོད་འདུག་པ་ལ།  
 དེ་ཕྱིན་ཆད་གྱི་བོད་འགྲེལ་མཁན་པོ་མང་པོས་དེ་  
 བཤུས་ནས་བཀོད་མཛད་འདིར་དེ་ཉིད་དངོས་སུ་བསྐྱུར་  
 ནས་བཀོད་པ་ནི། བྱོད་གྱི་མིང་ཅམ་སྟོས་པ་ལས། །བྱོད་  
 གྱི་དག་ཡི་བྱད་མེད་གྱི། །ཟླ་ངན་གྱིས་དམར་མིག་ལས་  
 ནི། །བྱོ་བལ་བཞིན་དུ་འབབ་པར་བྱེད། །ཅེས་འབྱུང་བ་  
 ནི་དཔའ་བ་ལ་བསྐྱུགས་པའོ།

གཉིས་པ་ཤར་པའི་ལྷགས་ལ་མཚན་ཉིད་དང་།

བསྐྱུགས་པར་འོས་པའི་ཡུལ་དངོས་དང་ཤུགས་ལས་

སྟོན་པ་གཉིས་སོ། །དང་པོ་ནི།

བསྐྱུགས་པར་འོས་པའི་བྱང་པར་དང་། །

ལྷན་པ་རྒྱ་ཆེར་འགའ་ཞིག་འདོད། །

བསྐྱུགས་པར་འོས་པའི་བྱང་པར་གྱི་ཆོས་ལུ་རྒྱུ་  
བ་འགའ་ཞིག་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ལས་དེ་གང་ལ་མངའ་  
བའི་ཆོས་ཅན་དེ་ཉིད་ཆོས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པའི་  
ངོ་མཚར་རྒྱ་ཆེ་བ་མཚན་པའི་ཆོག་དེ་ཉིད་རྒྱ་ཆེའི་ཡོན་  
ཏན་དུ་ཤར་ཤྱོགས་པ་འགའ་ཞིག་འདོད་དོ། །འདིར་  
ཡང་འགའ་ཞིག་གི་སྒྲས་སྒྲ་མའང་མི་འདོར་བའོ།

གཉིས་པ་ནི།

རོལ་པའི་རྒྱ་སྒྲས་རྒྱ་དགའི་མཚོ། །

གསེར་གྱི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བཞིན། །

གང་ལ་རོལ་པའི་དོན་གྱི་ཚུ་སྐྱེས་དང་། ཅེ་དགའི་ཆེད་  
དུ་བྱས་པའི་མཆོ་དང་། གསེར་གྱི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱན་  
ཞེས་པ་རྣམས་ལ་བར་གྱི་ཆོག་ཕྱིས་པའི་ཆོག་སྤུང་གྱིས་  
བསྟན་པས། རོལ་པའི་ཚུ་སྐྱེས། ཅེ་དགའི་མཆོ། གསེར་གྱི་  
རྒྱན་ཞེས་འབྱུང་བ་གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་དང་།  
སོགས་ཁོངས་ནས་མེ་ལོང་གི་ཕྱི་ལ། རྟོ་བུའི་སྒྲི་  
རགས། མེ་རྟོག་གི་སྒྲིན་ཤིང་། བི་བྱ་མཆུ་ལ། ལེ་ཁ་ཨྲ་  
ན་ཏེ་རི་མོའི་ལྷུས་སམ་རི་མོའི་ཡན་ལག་ཅེས་པ་རྒྱ་གར་  
པ་རྣམས་གྱིས་སེན་མོའམ། ཤ་མདངས་མཛོས་ཆོས་སུ་  
བསྐྱུར་བའི་ཆོས་ལ་འདུག་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་རྒྱ་འགྲེལ་  
ནས་བཤད། འདི་ནི་བོད་རྒྱུ་གསུམ་མས་ཅད་དུ་དཔེར་  
བརྗོད་ཡིན་པར་བསམས་ནས་དེ་བཞིན་དུ་བཀྲལ་  
འདུག་ཀྱང་། འདི་ནི་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་རྣམས་གྱི་

མིང་ཙམ་དངོས་དང་ཤུགས་ལས་བསྟན་པ་ཡིན། དཔེར་  
 བརྗོད་བྱེད་ན་དེ་ཐམས་ཅད་དང་སྦྱར་མི་དགོས། གང་  
 ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་ཆོས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་  
 དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ལས་ཆོས་ཅན་བྱུང་པར་དུ་  
 འཕགས་པ་གོ་རྒྱས་པ་ཆོག་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་  
 རང་དབང་ཅན་དུ་སྦྱར་བ་ཡིན། དེ་ལ་གཞུང་དང་  
 འགྲེལ་པས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་བསྐྱགས་འོས་རྣམས་  
 རི་མཚོན་པ་ཙམ་སྟེ། སྦྱར་བའི་ཆོ་ན་དེ་ཁོ་ནའི་ངེས་  
 བབྱུང་དགོས་པ་རི་མ་ཡིན་ལ། འདིར་ཁ་ཅིག་གིས་  
 བསྐྱགས་པར་འོས་པའི་བྱུང་པར་རི་ཆུ་སྦྱེས་དང་། མཚོ་  
 དང་། གསེར་གྱི་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཇི་ལྟར་  
 དུ་བསྐྱགས་ན་བྱིས་པ་རྣམས་ཅེད་འཛོལ་རོལ་པའི་  
 དུས་སུ་ཆུ་སྦྱེས་ལ་བསྐྱགས་ཤིང་། ཅེ་དགའི་ཆེད་དུ་བྱས་  
 ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་མཚོ་ལ་བསྐྱགས་པ་དང་། བློ་མ་འདུ་  
 སར་འགོ་བའི་ཆོ་གསེར་གྱི་རྒྱན་དང་ཞོར་བུའི་སྟེ་



རགས་ལ་སོགས་བསྐྱགས་པར་འོས་པའོ་ཞེས་འཆད་པ་  
 དེ་ལྟ་ན་གོང་དུ་ལྷན་འཆད་པའི་སྐབས། གྲོང་ཁྱིམ་རྒྱ་  
 མཚོ་རི་དང་དུས། །ཉི་ཟླ་འཆར་བའི་བསྐྱགས་པ་  
 དང་། །སྦྱོང་ཆལ་རྒྱ་ཡི་རོལ་ཅེད་དང་། །སོགས་གསུངས་  
 པའང་དེར་འགྱུར་ཏེ། དེ་དག་ཀྱང་སོ་སོའི་དུས་དེ་དང་  
 དེའི་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་བསྐྱགས་པ་ལས་འོས་གཞན་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་རྗེ་བོད་མཁས་པས་དྲི་ཚིག་ཆངས་  
 པའི་མགོན་རྒྱན་རང་ལན་དང་བཅས་པ་ལས་གསུངས་  
 པ་ཤིན་ཏུ་ཐུགས་མད། དེས་ན་ཤར་པ་འགའ་ཞིག་གིས་  
 འདྲོད་པའི་རྒྱ་ཆེའི་ཡོན་ཏན་དུ་ཇི་ལྟར་འགྲོ་ཚུལ་ཡང་  
 འདྲིར་གོང་དུ་བཀོད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ། །ཀྱང་ཐང་བདེ་  
 གློས་སྐབས་འདྲིར་སྟོ་པས་འདྲོད་པའི་རྒྱ་ཆེ་ལ་ཐུགས་  
 གྱིས་གོ་བའི་རྒྱ་ཆེ་དང་། ཤར་པས་འདྲོད་པ་འདི་ལ་  
 དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཆེ་ཞེས་འདྲིགས་པའང་དཔེར་  
 བརྗོད་ཕྱི་མས་ཆོས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཐུགས་གྱིས་

ཆོས་ཅན་བྱང་འཕགས་ཞུ་ལས་རྟོགས་དགོས་པ་མ་  
གསན་པའི་རྟོགས་སུ་སྒྲུབ་བཤད་པས་གོ་བར་བྱས་ཤིང་།  
དེས་ན་དཔེར་བརྗོད་སྤྱི་གཉིས་ཀ་བྱང་འཕགས་ཀྱི་  
ཆེ་ཤུགས་ལས་རྟོགས་བྱུང་མཚུངས་ཤིང་གཞུང་དང་ཀྱི་  
བོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་གཞན་གང་ལས་ཀྱང་མ་བཤད་པའི་  
བྱུང་མིང་འདོགས་དེ་མི་ལེགས་པར་མངོན་ནོ། །

༥ བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན།

བརྗོད་པ་བརྗོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ་སྟེ། བྱུང་  
བསྟན་པ་དང་། ཤར་པའི་ལྷགས་དང་། ལྷོ་པའི་ལྷགས་  
སོ། །དང་པོ་ནི།

བརྗོད་པ་ཆོག་སྤྱད་མང་པོ་ཉིད། །

འདི་ནི་ལྷག་པ་དག་གི་གསོས། །

བརྗེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་ནི། ཇི་སྐད་དུ། འབྲུ་  
 མང་པོ་དང་ལས་འཛིན་དང་། །བ་གཉིས་པ་དང་དེའི་  
 རྒྱུས་བྱ། །ཟླས་དབྱེ་བ་དང་གྲངས་མེད་པའོ། །ཞེས་བརྗེད་  
 སྦྱོང་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའི་  
 ཆོག་སྦྱང་མང་པོ་ཅན་ཉིད་དེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་ཆོག་སྦྱུག་པ་  
 དག་གི་སློག་གམ་གསོས་སམ་སྦྱང་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་  
 ཤར་སྟོ་གཉིས་ཀ་དང་། གཙུ་བོར་སྟོ་ཕྱགས་བེ་དཔྱེའི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་ཅིང་། འདིར་སྒྲར་ཐང་  
 བས་སྦྱུག་པའི་གསོས་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་བུ་པའི་རྒྱར་ངོས་  
 བཟུང་སྟེ། དེའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱང་ཆོག་མ་བསྐྱས་པར་  
 རྣམ་དབྱེའི་རྣམ་པ་རྣམས་བཏོན་ནས་ཆོགས་བཅད་  
 ཞིག་ནས་སྦྱུག་པར་འགྱུར་བ་ལ་དགོངས་སམ་སྟུམ་  
 མོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་སྟོ་དག་དབང་འཇིག་གྲགས་  
 ཀྱིས་མི་འཐད་པར་གསུངས་པ་ཉིད་བདེན་ཏེ། གསོས་  
 ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ཇི་བེ་ཏམ་ཞེས་འབྱུང་བ་སློག་ལ་

འཇུག་པའི་ཕྱིར་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་ལེགས་  
 སོ། །དེའི་མཆན་ཉིད་ཙམ་གཞུང་འདིར་བསྟན་པ་མ་  
 གཏོགས་དཔེར་བཅེད་པ་ནི་གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་  
 གཉིས་ཀ་ནས་མ་བཤད་ལ། འོན་ཀྱང་མཆན་ཉིད་  
 གསལ་བར་མཆོན་པའི་ཕྱིར་འདི་ཐད་ཀྱི་རྒྱ་སྒྲིལ་གྱི་  
 འབྲེལ་བསྐྱར་ནས་བཀོད་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་  
 བྱད་པ་དང་ཡུལ་སྟོན་པའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་ཏེ། བཅེད་པ་དེ་ལ་མཐོ་བ་དང་དམའ་བ་དག་  
 མ་ངེས་པར་འབྲུགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྱུར་བས་  
 གང་དེ་མཐོ་དམའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྒྱུར་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་  
 བཅེད་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་ལྟག་པའི་རབ་དུ་སྒྱུར་བ་  
 རྣམས་ལ་ཤེས་པར་བྱའོ། །སོགས་ཀྱི་སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་སྟོས་  
 སོ། །མཐོ་དམའི་རྣམ་པ་དེ་ཡང་ཇི་ལྟ་བུར་འགྱུར་ཞེ་ན།  
 རྩེ་བ་རྣམས་དང་བཙེགས་མ་བྱི་མ་ཅན་རྣམས་དང་།  
 ཡང་བ་སྟེ་ཡི་གེ་བྱང་དུ་རྣམས་ཀྱང་མང་པོ་ཆོགས་

པའམ་ཉུང་རྩུ་ཐུར་ཐུར་པའམ་འདྲེས་པའི་མཉམ་པའམ་  
རུང་སྟེ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མང་བ་དང་། ཉུང་བ་དང་།  
འདྲེས་པའི་ཕྱིར་མཐོ་བ་དང་དམའ་བའི་རྣམ་པ་ངེས་  
པ་མེད་པ་སྟེ། ལ་ལར་སྦྱི་བ་རྣམས་མང་ཞིང་ཡང་བ་  
ཉུང་བ་དང་། ལ་ལར་ཡང་བ་རྣམས་མང་ཞིང་སྦྱི་བ་  
ཉུང་བ་དང་། ལ་ལར་གཉིས་ཀ་མཉམ་པ་སྟེ་འདི་ལྟ་  
བུའི་མཉམ་པར་ཐུར་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་ཤར་པའི་ལྷགས་ལ་འདོད་ཚུལ། མཚན་ཉིད།  
དཔེར་བརྗོད། དེ་བཤད་པ་དང་བཞི་ལས། དང་པོ་ནི།

ཆོགས་བཅད་ལ་ཡང་སྟོ་ཕྱོགས་པ། །

མེན་པའི་འདི་ཉིད་གཅིག་པུ་བཞེད། །

སྦྱག་པར་མ་བཟད་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལ་ཡང་སྟོ་ཕྱོགས་  
པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། ཤར་ཕྱོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་

ཡོན་ཏན་འདི་ཉིད་རྒྱན་གྱི་མཆོག་གཅིག་ཕུ་བཞེད་དོ་  
ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས། གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཡང་།  
ཆོགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་པ། ཞེས་བསྐྱར་བ་མི་  
ལེགས་ཏེ་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ལྷོ་ཕྱོགས་པའི་སྐད་དོད་  
དགྲི་ཁ་ཞེས་པ་དངོས་སུ་ཡོད་པས་དང་། དེ་མིན་པ་ནི་  
ཤར་ཕྱོགས་གོ་ཁ་པ་ཞེས་འགྲེལ་བ་ལེགས་སོ།

གཉིས་པ་མཆོན་ཉིད་ནི།

དེ་ལ་ལྷེ་དང་ཡང་བ་རྣམས། །

མང་དང་ཉུང་བ་ཉིད་སྟེལ་བ། །

མཐོ་དམན་གྱི་ནི་རྣམ་པ་དེ། །

བརྗོད་པ་ལ་སོགས་རྣམས་ལ་མཐོང་། །

ཐེབ་སྐྱོར་རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ལས། དབྱངས་མུང་ཏུ་  
ནི་ཡང་བ་དང་ལ་སྟེ་དྲང་པོའོ། །རྐང་པའི་མཐའ་རྣམས་

སུ་མང་པོ་ཞིག་སྟེ་བ་དང་ག་སྟེ་འཁྱོག་པོ་འོ། །དབྱངས་  
དང་བྲལ་བའི་གསལ་བྱེད་ལས་སྒྲ་མཐུང་ངོ་། །རིང་པོ་  
སྒྲ་ཏ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་། །ཞེས་བཤད་པ་དེ་རྣམས་ཁ་ཅིག་དུ་  
སྟེ་བ་མང་ལ་ཡང་བ་ཉུང་བ་དང་། ཁ་ཅིག་དུ་ཡང་བ་  
མང་ལ་སྟེ་བ་ཉུང་བ་དང་། ཁ་ཅིག་དུ་དེ་གཉིས་ཀ་  
མཉམ་པས་ན་དེ་དག་མང་བ་དང་ཉུང་བ་ཉིད་དང་།  
སྟེ་ལ་མ་མཉམ་པ་ཉིད་མཐོ་དམན་འབྲུགས་ཤིང་མ་ངེས་  
པའི་རྣམ་པ་དེ་བརྗོད་པའམ་གཏམ་གྱི་ཆོག་སྟུག་པ་ལ་  
གཙོ་བོར་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་བཞིན་མཐོང་ལ།  
འདིར་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲས་དེ་བཞིན་  
དུ་བལྟ་ཞིང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་དཔེར་བརྗོད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་ལྷ་མ་ལྷ་ཀ་པ་ལྷ་ལྷ། །

ས་མ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །

ཕྱི་ན་སྟ་ན་སྟེ་རྒྱ་རྒྱ་ལ།

ཀ་ལ་ལ་སྟེ་ལ་སྟེ་རྒྱ་རྒྱ།

ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་ཕྱི་བ་མང་ཞིང་ཡང་བ་ཉུང་བའི་  
དཔེར་བརྗོད་དུ་མཛད་ནས། དེའི་བསྐྱོག་ཕྱོགས་ཡང་བ་  
མང་ཞིང་ཕྱི་བ་ཉུང་བ་དང་། མཉམ་པས་འབྲུགས་པའི་  
དཔེར་བརྗོད་ལྷགས་སུ་མ་མཛད་པས་ཞར་གྱིས་རིགས་  
བསྐྱེས་ནས་ཉོགས་བྱར་དགོངས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡི་གེ་ཕྱི་  
བ་རྣམས་སྐྱ་མཐོ་ཞིང་ཡང་བ་རྣམས་སྐྱ་དམའ་བས།  
འདིར་མཐོ་བ་ཤས་ཆེ་ཞིང་དམའ་བ་ཉུང་བས་སྒྲོ་ཀའི་  
རྒྱུན་དེ་ལ་མི་མཉམ་པར་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱི། སྒྲོ་ཀ་  
གཅིག་ལྟ་བུར་རྣམ་པ་གསུམ་ཀ་ཆང་བའི་མཐོ་དམའ་  
དགོས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། ཆོག་སྤྱད་ནི། རིའི་སྐད་དོད།  
ཨ་ལྷ་ལས་རྣམ་དབྱེ་དུག་པ་བསྐྱུས། མགོའི་སྐད་དོད་  
མ་ལྷ་ལ་བདུན་པ་བསྐྱུས། པ་ལྷ་སྤྱད་དང་། ས་མ་ལྷ་ཨ་ཀ་



རྣམས་ཀྱི་བར་དང་། །མཉམ་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བསྐྱུས།  
 འོད་ལ་མང་ཆོག་ཐོབ་པས་ཨི་ཤུ་ལ་དྲུག་པའི་ལྷན་  
 བསྐྱུས། རྒྱས་པ་དང་རྒྱ་མའི་སྐད་དོད་ཕྱི་ན་དང་སྟ་ན་  
 གཉིས་ལ་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་བསྐྱུས་པ་སྟེ། མདོར་ན་  
 བཞིན་ཞེས་པའི་པའི་སྐད་དོད་ཨི་བ་ནི་འདྲ་བ་བརྗོད་  
 པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར་དང་དོན་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 ཆོག་སྤྱད་མི་ཐོབ། སྟ་རྒྱ་དང་སྟ་རྒྱ་དག་རྒྱུ་དང་པ་  
 གཉིས་མཆམས་སུ་ཆོག་སྤྱད་མི་ཐོབ་པས་བཞག་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཆོག་སྤྱད་བྱས་པ་ཤ་སྟག་གོ་ཏེ་ཉིད་བོད་

སྐད་དུ།

རྒྱབ་ཀྱི་རི་མགོར་སྤྱང་བ་ཡི། །

མཐའ་དག་ཉི་འོད་མལ་སྟན་ཅན། །

རྒྱས་པའི་རྒྱ་མ་ལ་གནས་པའི། །

སྐབས་འདིར་རིན་ལྷངས་ས་སྤྱོད་དབང་པོས། འགྲེལ་  
མཛད་སྒྲ་མ་རྣམས་ཀྱིས་མཁྱེགས་པའི་རྒྱ་མ་ཞེས་པ་

བྱད་མེད་འགའ་ཞིག་ལ་བརྗོད་པ་དང་། མལ་སྟན་ནི་  
 གོས་བཞིན་སོགས་ག་ལ་ཞིག་སྟེ་མཐོགས་པའི་རྩ་མ་ལ་  
 གནས་ཞེས་པ་ཚུ་སྟ་མོ་ལ་སྦྱར་བ་བཤད་མ་ཐག་པ་སྟར་  
 དང་། མལ་སྟན་དང་གོས་མཚུངས་པར་སྦྱབ་པ་དོན་  
 དང་མ་འབྲེལ་ལ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་ཞུ་དཔེ་སྟུང་ལ་མི་  
 འགབ་པའི་སྟོན་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་  
 རིགས་ཏེ། བྱད་མེད་ཀྱི་གོས་དམར་པོ་དང་རྩབ་ཕྱགས་  
 ཐུན་མཚམས་ཀྱི་ཉི་འོད་མལ་སྟན་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་  
 པ་གཉིས་ཁ་དོག་དམར་བའི་ཚས་མཚུངས་པས་དཔེ་  
 དོན་དུ་བསྒྲིགས་པ་ལ་འགལ་བ་ཅི་ཡོད་དེ། དེ་གཉིས་  
 དམར་བའི་སྟོན་པ་དང་། རྩ་མའམ་རི་བོའི་མགོར་  
 གནས་པའི་མཚུངས་ཚས་བསྒྲིགས་པ་ཡིན་གྱི་གོས་དང་  
 མལ་སྟན་མཚུངས་ཞེས་སྦྱ་བ་ག་ལ་ཡིན་ཐུན་མཚམས་  
 ཀྱི་སྒྲིང་བ་རི་བོའི་མགོར་ཆགས་པ་གདན་བཏིང་བའི་  
 ཚུལ་དུ་གནས་པས། མལ་སྟན་དང་རྩམ་པ་མཚུངས་



བཞི་པ་དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་བརྗེད་དང་ལྷན་པའི་ཚེ།

ཚེགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་བ་སྦྱར། །

དཔེར་བརྗེད་པ་དེ་ཉྱ་ཅུ་ནི་བརྗེད་པའི་ཡོན་ཏན་དང་  
ལྷན་པ་ཚེགས་སྦྱད་མང་པོ་ཅན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཚེགས་སྦྱག་པར་  
མ་ཟད་ཚེགས་བཅད་ལ་ཡང་ཤར་སྦྱོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
སྦྱར་བར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ། ལྷ་པས་ཚེགས་བཅད་སྦྱར་བའི་ལྷགས་ལ་  
གཉིས། མཚན་ཉིད་དང་དཔེར་བརྗེད་དོ། །དང་པོ་ནི།

གཞན་དག་འབྲུག་མིན་མཛེས་པ་ཡི། །

ཚེགས་རྣམས་བརྗེད་པར་འདོད་དེ་དཔེར། །

ཤར་པ་ལས་གཞན་སྟོ་པ་རྣམས་ཀྱང་ཆོགས་བཅད་  
 ལའང་བརྗེད་པར་སྦྱར་ཞིང་། དེ་ཡང་འགའ་ཞིག་ཏུ་སྟེ་  
 བའི་ཡི་གེ་མང་ལ་ཡང་བ་ཉུང་། ལ་ལར་དེ་ལས་བསྒྲག་  
 པའི་རྣམ་པས་མཐོ་དམན་མི་སྟོམས་པར་འབྱུགས་པ་  
 སྤར་བཤད་པ་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་སྟེ་ཡང་གྲངས་མང་  
 ཉུང་སྟེ་ལ་མར་སྟོམས་པས་མཐོ་དམན་རྣམ་པ་མ་  
 འབྱུགས་ཤིང་ཐད་ཀར་ཡོད་པ་བརྗེད་བྱའི་དོན་གསལ་  
 ཞིང་རྗེད་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་རིམ་པ་མ་འབྱུགས་ཤིང་  
 འཇམ་རྩལ་སྟོམས་པས་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་ཆོག་སྤྱད་  
 མང་པོ་ཅན་ཞིག་ཏུ་འདོད་ཅིང་སྦྱར་བའོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗེད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

པ་ཡོ་རྟ་ར་ཏ་ཀྱི་ལྷ་།

ལ་ལྷ་སྟེ་ཏ་ལྷ་ལྷ་།

ཀ་སྟ་ཀུ་སྟ་རྩ་རྩ་ཅེ་རྟོ། །

སྟ་རྩ་རྩ་རྩ་ཀ་རྩ་རྩ་རྩ། །

ཞེས་པའི་བྲམ་ར་མྱེ་ཡང་ཕྱོགས་རེ་བ་མང་བས་མཐོ་  
དམའ་འབྲུགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཅི་རིགས་པར་སྒྲེལ་བས་  
མཐོ་དམའ་སྟོམས་པ་དང་། རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཀྱང་དེ་  
བཞིན་དུ་ཡི་གེ་འཇམ་རྩལ་མཉམ་པ་དང་། བརྫོང་བྱེད་  
དོན་ཡང་གསལ་བར་སྟོན་ཅུས་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་  
བརྫོང་མ་ཐག་པའི་གཞུང་ཆོག་ཤར་སྟོ་སོ་སོའི་འདོད་  
པ་སྟོན་བྱེད་ཆོགས་བཅད་སྟེ་བྱེད་གཉིས་པོ་འདིའི་སྟེབ་  
སྟོར་ནི་གཞུང་གི་ཆོགས་བཅད་གཞན་གོང་འོག་དུ་  
འབྱུང་བ་པལ་ཆེར་དང་མཚུངས་པར་ཁ་སྒྲོ་པན་པ་སྟེ།  
ཀླང་པའི་དང་པོར་ས་ན་མིན་པ་དང་། ཡི་གེ་བཞི་ལས་  
པ་རོལ་དུ་བྱུང་མིན་ལ་ཡ་དང་། བྱུང་ལ་ཇ་ཡོད་པའི་  
མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་སོ། །གཞན་ཡང་སྐབས་

འདིའི་དཔེར་བཅོམ་གྱི་རྒྱ་སྐད་ལ་ཆོག་སྟུང་ཇི་ལྟར་  
 ཡོད་ཅེ་ན། རྒྱ་འཛིན་གྱི་སྐད་དོད་པ་ཡོ་རྒྱ་ར་གཉིས་གྱི་  
 བར་ནས་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བསྟུས། རོས་གྱི་སྐད་དོད་ཏ་  
 རོ་ཏ་དང་། ཡང་པའི་སྐད་དོད་སྤྱི་ག་གཉིས་གྱི་བར་  
 རས་དྲུག་པ་དང་། སྤྱི་གའི་མཐར་ཡང་ན་ཞེས་བདུན་པ་  
 ཐོབ་པ་ཡང་བསྟུས། ལྷ་དང་མཆམས་གྱི་སྐད་དོད་  
 སྒྲི་གཉིས་གྱི་བར་ནས་དྲུག་པ་བསྟུས། གོས་གྱི་སྐད་  
 དོད་ལྷ་ཏུ་དང་མཆམས་སྟུར་བའི་མཐའ་དང་པ་རོལ་  
 ཏུ་འོད་གྱི་སྐད་དོད་ཨྱ་ཤུག་ཡོད་པ་གཉིས་གྱི་བར་ནས་  
 དང་དོན་གྱི་ཅ་དང་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་བསྟུས། ཨྱ་ཤུག་འི་  
 མཐའ་རྒྱ་དང་པ་གཉིས་མཆམས་ཡིན་པས་མ་བསྟུས་པར་  
 ག་སྟོག་མེད་ཨྱ་ལ་དྲངས། ཡང་དེ་བཞིན་དུ་སྟུའི་སྐད་  
 དོད་ཀིལ་ཀར་བསྟུར་བའི་ཀ་ཡིག་ལ་དྲུག་པ་མ་བསྟུས་  
 པར་བཞག་གཞན་འདོད་པས་གཟེར་ཞེས་པའི་སྐད་  
 དོད་ཀ་ལྷ་ཏ་དང་ཏུ་རྩ་གཉིས་གྱི་བར་ནས་གསུམ་པ་



བསྐྱུམ། ཡིད་ཀྱི་སྐད་དོད་ཅེ་ཏམ་གྱི་མཐར་དང་པོ་  
 བསྐྱུམ། ཟུ་ལུན་མའི་སྐད་དོད་བླ་རུ་རྩི་དང་བྱེད་མི་  
 འགྱུར་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ན་ཀ་རི་ཕུ་ཏི་གཉིས་ཀྱི་བར་  
 ནས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་བསྐྱུམ། དེའི་མཐའ་ནས་རྐང་  
 པ་བཞི་མཆམས་ཡིན་པས་ཆོག་སྟུང་མི་ཐོབ་པར་མ་  
 ཟད་ཏིང་མཐའ་ཡིན་པས་རྣམ་དབྱེ་བསྐྱུ་དགོས་ཀྱང་  
 མེད་དོ། །དེ་བས་ན་ཆོག་སྟུང་མང་པོས་ཀྱང་མཛོས་པ་  
 དེ་ལྟ་བུ་སྟོ་སྟོ་གསུམ་བུ་ལྷན་འདོད་པའི་ལྷགས་སོ། །དེ་  
 དག་ཀྱང་བརྒྱ་སྟོང་ཆེན་པོའི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་  
 ཆོག་སྟུང་གྱི་ཆོ་ག་མི་འདྲ་བ་སོ་སོས་འདི་དང་འདི་  
 བཞིན་དུ་བསྐྱུས་སོ་ཞེས་བཤད་དུ་ཡོད་པས། དཔང་  
 རྒྱུ་ཏུ་སྟོན་གྱི་ངོས་ཀྱི་ཕང་ན་ཆགས་པའང་ཡིན་ལ་  
 མཆམས་ཀྱི་ཉི་མའི་འོད་ཀྱང་ཡིན་པས་དེ་སྐད་དུ་  
 བརྗོད་པ་ལ། ལས་འཛིན་པའི་བསྐྱུ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་  
 དང་། གཞན་ཡང་དེའི་སྐྱེས་བུ་སོགས་ཀྱི་བསྐྱུ་བ་ཡོད་

མོད་འདྲི་ཡི་གེ་མང་བས་འཛིགས་པ་དང་སྐབས་མ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་རྒྱས་པར་མ་བཤད་དོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་

དུ།

ཆུ་འཛིན་ངོས་ཀྱི་ཕང་ན་གནས། །

མཆམས་ཀྱི་ཉི་འོད་གོས་དང་ལྗན། །

ཆུ་ལྗན་མ་ཡིས་སུ་ཡི་ཡིད། །

འདྲོད་པས་གཟེར་བར་བྱེད་མི་འགྱུར། །

ཆུ་འཛིན་ཏེ་སྤྱོད་ཀྱི་ངོས་ཀྱི་ཕང་པ་ན་ཆགས་པའི་  
དགོང་ཀའི་ཐུན་མཆམས་ཀྱི་དམར་བ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱི་  
གོས་དང་ལྗན་པའི་ཆུ་ལྗན་མ་སྟེ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཀྱི་འདྲོད་  
ལྗན་སུའི་ཡིད་འདྲོད་པས་གཟེར་བར་བྱེད་པར་མི་  
འགྱུར་ཏེ་ཐམས་ཅད་ལའང་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་དོན་  
ཏེ། བོད་སྐད་འདི་ལའང་ཉི་མའི་འོད་ཅས་པའི་རྒྱག་སྒྲ་

བསྐྱུས་པ་ཙམ་ཡོད་དོ། །སྐབས་འདིར་རིན་མཉམས་པས་  
 རྒྱ་ལྷན་མ་ཞེས་པ། ལྷན་ཐང་པས་སྤྱོད་ལ་བཤད་ཀྱང་སྤྱོད་  
 འཇུག་རུང་ཙམ་ཡིན་ནའང་སྐབས་འདིར་རྒྱ་བ་ཕྱོགས་  
 རང་འཇུག་ཅེས་གསུངས་པ་ནི་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་  
 བཞིན་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་རིགས་པས་གཞལ་  
 ཏེ་བོད་སྐད་འགྲེང་བུ་ཅན་དང་། ར་རོ་ཅན་དང་།  
 མཐའ་བཏེན་ཅན་རྣམས་སྤྱི་བ་དང་། གཞན་རྣམས་  
 ཡང་བར་རིགས་པས་འགྲུབ་གསུངས། བོད་ཀྱི་དཔེར་  
 བརྗོད་ལ་རྒྱ་གར་པའི་ཕྱེབ་སྦྱོར་གྱི་བྲ་སྒྲ་ར་སོགས་  
 འགོད་པར་མཇོད་པའི་རྗེས་སུ་བོད་ཕྱི་མ་རྣམས་ཀྱང་  
 འབྲངས་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་འཐད་དེ་དེ་འདྲ་ལ་ཁུངས་  
 མེད་པ་དང་། རིག་པས་གསར་བཅོ་བྱས་ན། ཇི་སྐད་དུ།  
 རྒྱ་ལ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་འདི་རུ། །འདི་འདྲའི་རང་བཅོ་  
 འཕེལ་ན་ནི། །ད་དུང་རང་བཅོ་གཞན་འབྱུང་  
 བས། །བསྐྱུས་པ་སྤྱི་ལ་གཞོད་པ་འདི། །ཁོ་རང་ལ་ཡང་

ཅེས་མི་གཞོད། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་གར་དང་བོད་  
 རང་ལུགས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་བཞག་སོ་སོར་ཡོད་  
 པ་ཀྱན་འཆོལ་བར་འབྱུར་ཞིང་། དེ་གཉིས་བསྐྱེས་པའི་  
 རང་བཟོ་ཅི་ཡང་བྱས་ན་ད་དུང་གཞན་ཡང་བྱར་  
 བཏུབ་པའི་ཕྱིར་ན་མི་ལེགས་པས། བོད་སྐད་ལ་དཔེར་  
 བརྗེད་བྱེད་ན་སུམ་ཏྲགས་ཀྱི་གཞུང་དང་བསྟན་པའི་  
 ཆོག་སྤྱད་མང་པོ་དང་། ཤོ་མོ་མ་ནིང་ཤེན་ཏུ་མོ་སོགས་  
 ཀྱི་དབྱེ་བས་སྒྲ་གདངས་དྲག་ཞན་དང་བྱེད་རྩིས་ཆེ་  
 རུང་གི་ཁྱད་པར་བཤད་པ་ལ་ཁུང་བཅོལ་ནས། རྩེ་ཡང་  
 མཐོ་དམན་འབྲུགས་མ་འབྲུགས་ཀྱི་རྣམ་གསལ་དཔེར་  
 བརྗེད་ཅུམ་བྱས་ན་མི་རུང་བ་མེད་མོད། དེ་སྒྲ་ར་ཁུངས་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་དགོད་མི་རུང་བར་བཞེད་དོ། །འདིར་རྒྱ་  
 གར་གྱི་རྩེ་ཡང་འབྲུགས་མ་འབྲུགས་ཀྱི་དབྱེ་བའང་གོང་  
 ཏུ་ལེགས་པར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན་ཅིང་། གཞན་རྩེ་  
 བའི་ཡི་གེ་ལ་ཡང་པའི་དཔྲུག་ར་ཤོག་པ་ལྟ་བུ་ལའང་



བདེ་བ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་འདིས། །

ཏིང་ཡ་ཤིང་རྒྱ་ཏིང་ཏིང་ཤིང་། །

ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་བྱེད་མེན་ནས། །

རྒྱ་བེ་ཤིང་རྒྱ་ཡིད་ཏིང་རྒྱ་ཤིང་། །

བྱེད་ཀྱི་སྤྱོད་མཁས་དག་གྱུར་གྱུར་། །

བྱེད་མཁས་ཤིང་ལྷན་པ་ཤིང་། །

སྤྱོད་པས་ངས་བཞིན་ནི་མཛེས་པས་ངལ། །

ལྷན་པ་ཤིང་སྤྱོད་པ་ཤིང་། །

ཁ་ཡི་ལྷན་པ་ཤིང་བསྐྱེད་གིས། །

ཤིང་བཞིན་ཤིང་ལྷན་པ་ཤིང་། །

གཞུགས་བརྒྱན་ཀྱང་རྒྱ་པ་རྒྱ་པ་ལྷན་པ་ལྷན་པ་། །

བེད་གྲུ་སྒྲིལ་མཆུར་སྒྲུ་སྒྲིལ།།

མཛེས་མ་བྱོད་དག་མཁས་ཤིང་སྟན།།

ཐུགས་སྒྲིལ་ཐུགས་སྒྲིལ་ཅན་སྒྲིལ།།

སྐྱམ་མཛེས་རྣམ་པར་འཕྱལ་མིག་ཅན།།

ལལ་ཏ་སྒྲིལ་སྐྱུ་ཏོལ་སྒྲིལ།།

སྒྲིལ་མའི་འབྲི་ཤིང་གཡོ་བ་ཡི།།

དུས་དུས་སྒྲིལ་སྐྱུ་ཏོལ་སྒྲིལ།།

རོལ་སྒྲིལ་དགོང་པ་དང་ལུན་རོ།། ཁེས་པའོ།།

༥ མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན།

དགུ་པ་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ། མཚམས་པར་  
བཅོད་པའི་མཛེས་པ། ཏ་ཅང་བཅོད་པའི་མཛེས་པ། །དེ་  
དག་ལམ་གཉིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་

མཚན་ཉིད། སྐྱར་གཞི། དཔེར་བཟོད། འོན་བསྐྱུ་བ་དང་  
བཞི་ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

མཛེས་པའི་འཛིག་རྟེན་དོན་དག་ལས། །

མ་འདས་འགྲོ་ཀུན་ལ་མཛེས་པའོ། །

འཛིག་རྟེན་པས་ཤེས་པའི་བཟོད་བྱའི་དོན་ལས་མ་  
འདས་པའི་བྱུར་འགྲོ་བ་མཁས་པ་དང་སྒྲིངས་པ་ཀུན་  
ལ་མཛེས་ཤིང་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་འཕྲོག་པའོ།

གཉིས་པ་སྐྱར་གཞི་ནི།

དེ་ཡང་གཏམ་གྱི་མངོན་བཟོད་དང་། །

བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་རྣམས་ལའང་སྐྱར། །

མཛེས་པ་དེ་ཡང་གཏམ་གྱི་མངོན་བཟོད་སྦྱོད་ཚུལ་  
རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་པ་བྱུང་མེད་ལ་



སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ལ་སྦྱར་ཞིང་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་སྐབས་  
 འདིར་གཏམ་གྱི་མངོན་བརྗོད་ཞེས་པ་དཔང་རྟེན་མ་  
 གཏོགས་པའི་བོད་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་དུ། སྡོན་བྱང་  
 གཏམ་ལས་སྦྱར་པའམ། ཁྱིམ་ཤོས་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་  
 པ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་གོ་བ་ཞིག་ཐུགས་ཡུལ་དུ་ཤར་ནས།  
 སྡོན་བྱང་བའི་གཏམ་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཞེས་མགྲིན་  
 གཅིག་དུ་བཀྲལ། དཔེར་བརྗོད་ཐམས་ཅད་ལའང་དེ་  
 བཞིན་དུ་སྦྱར་འདུག་ཀྱང་དེ་ནི་མོར་བ་སྟེ། གལ་ཏེ་སྡོན་  
 བྱང་གི་གཏམ་ལ་སྦྱར་བ་ཡིན་ན་སྡོན་བྱང་བའི་བྱང་བ་  
 བརྗོད་པ་ཞིག་དགོས་ཀྱི། དེ་མེད་པར་སྟན་ངག་མཁན་  
 གྱི་སྟོ་བཏགས་བརྗོད་པས་སྡོན་གྱི་བྱང་བ་བརྗོད་པར་  
 མི་འགོ་ཞིང་། གལ་ཏེ་འགོ་ན་སྟོ་བཏགས་ནི་སྦྱར་བྱང་  
 བ་ཞིག་ཁོ་ན་ལ་མ་སྟོས་པར་སྟོའི་རྗེས་སུ་འགོ་བས་གང་  
 ལ་སྦྱར་ཡང་བདུབ་པའི་ཕྱིར་ཐུག་པ་མེད་པར་འགྱུར་

ཞིང་། སྒྲོན་མ་བྱུང་བའི་བྱུང་པར་མང་པོ་བཟོད་དུ་ཡོད་  
 པས་དེ་འདྲ་ལ་སྒྲོན་བྱུང་དུ་འཛོག་ག་ལ་རིགས། ཡང་  
 གཞུང་དུ་དཔེར་བཟོད་པའི་དཀའ་ཐུབ་པ་དང་སྒྲོན་  
 བདག་གཏམ་སྤང་བའི་ཚུལ་འདི་ཉིད་སྒྲོ་བཏགས་མེན་  
 ཏེ་སྤར་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ་སྟམ་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། དེ་  
 འདྲ་དུས་འདི་ཙམ་ན་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གཞན་ནའང་  
 མེད་ཅིང་། འདི་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱིས་ཀྱང་  
 མ་བསྟན་པས་དུས་འདི་ཙམ་ན་བྱུང་བའི་ངེས་པ་  
 བཤད་དུ་མེད་པར་མ་ཟད། གཞུང་ཆོག་ཏུ་ཡང་། དེ་  
 ཡང་གཏམ་གྱི་མངོན་བཟོད་དང་། ཞེས་པ་ལས། སྒྲོན་  
 བྱུང་གི་སྒྲོས། སྐད་གཉིས་ཀ་ལ་མེད་པ་དང་། རྒྱ་འབྲེལ་  
 དུའང་མ་བཤད་ཅིང་། བོད་ཀྱི་ཀ་ལ་ཆོད་མར་གྱུར་པ་  
 དཔང་ལོའི་འབྲེལ་པར་ཡང་དེ་ལྟར་དུ་མ་བཤད་པས་  
 མི་འཐད་དོ། །འོ་ན་ངེ་ལྟར་ཞེ་ན། འདི་ནི་བྱུང་བའམ་  
 མ་བྱུང་ཡང་རུང་སྟེ་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་མི་པན་ཚུན་

དུ་གཏམ་སྒྲིང་མོ་བྱས་པ་སྐད་དུ་སྒྱུར་བའི་གཏམ་  
 མངོན་པར་བཟོད་པའི་བྱེ་བྲག་གམ་དུམ་བུ་ཞིག་ལ་  
 དཔེར་བཟོད་པ་ཡིན། དེའི་བཟོད་བྱའི་དོན་ནི་གང་  
 ཡང་རུང་བ་ཞིག་གི་སྒྱུད་ཚུལ་གྱི་གནས་ལུགས་ཇི་ལྟར་  
 ཡིན་པ་བཞིན་དུ་སྒྲིང་ཞིང་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་གཞུང་དུ་ཡང་། དཀའ་ཐུབ་པ་ཞིག་དང་སྒྱུན་  
 བདག་སྟེ་བོ་ཞིག་གཏམ་སྒྲིང་བྱུང་བ་སྐད་དུ་བྱས་ནས་  
 དཔེར་བཟོད་དངོས་བྱིས་བདག་གིས་དཀའ་ཐུབ་པ་ལ་  
 སྒྲུས་པའི་ཆོག་དེ་བཀོད་པ་ཡིན་པས། དཔང་ལོ་ཆེན་  
 བོས། དཀའ་ཐུབ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྟེ་བོ་ཁ་ཅིག་ལ་  
 གཏམ་དྲིས་པ་ལ་ལན་བཟོད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།  
 དེས་ན་སྒྲིན་བྱུང་བའི་གཏམ་ཞེས་འགྲེལ་ཞིང་དཔེར་  
 བཟོད་བྱེད་པ་ཀུན་མི་འཐད་དོ། །བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་  
 ཅེས་པའི་སོགས་ཁོངས་ནས་དེ་གཉིས་ཁོ་ནར་མ་ཟད་

གཞན་ལའང་སྒྱུར་རུང་བར་བསྟན་པ་སྟེ། སྒྱུར་གཞི་  
འདི་ནི་ཤར་སྟོ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་བྱབ་བོ།

གསུམ་པ་གཏམ་གྱི་མངོན་བརྗོད་ལ་སྒྱུར་བའི་དཔེར་  
བརྗོད་ནི།

དཀའ་ཐུབ་ཐུང་པོ་བྱོད་འདྲ་ཡི། །

ཞབས་ཀྱི་རྩལ་ནི་གཙང་མ་དག །

ཡང་དག་བཏབ་པ་གང་ཡིན་པ། །

དེ་དག་ཁོ་ན་ངེས་པར་བྱིས། །

བརྗོད་མ་ཐག་པ་སྟར་དཀའ་ཐུབ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་  
བྱིས་བདག་སྟེ་བོ་ཁ་ཅིག་གི་བྱིས་དུ་འོང་ནས་གཏམ་  
སྟངས་བའི་ཆོ། བྱིས་བདག་གིས་སྒྲུས་པ། དུན་རིང་པོའི་  
བར་དུ་དཀའ་ཐུབ་དུག་པོ་སྒྱུད་ཅིང་ཆངས་པར་སྒྱུད་  
པས་གནས་པ་བྱོད་འདྲ་བའི་ཞབས་ཀྱི་རྩལ་གཙང་མ་

དག་ཕྱིད་གཞུང་ཁྱེད་དང་འདྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཡང་དག་  
བཏབ་སྟེ་བསྐྱོས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ཁོ་ན་མིང་  
དང་དོན་ལས་བྱིམ་ཡིན་གྱི་གཞན་རྣམས་བྱིམ་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་པའོ།

བསྐྱོས་པ་ལ་སྦྱར་བའི་དཔེར་བཞིན་ནི།

སྦྱོན་མེད་ལུས་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་ནི།

ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་བར་དག་ཏུ།

རྩ་མ་རབ་རྒྱས་འདི་དག་གིས།

གོ་སྐབས་རྟེན་པར་འགྱུར་མ་ཡིན།

ཀྱི་སྦྱོན་མེད་ལུས་ཅན་མ། ཡན་ལག་ཀྱན་མཛེས་པ་དང་  
ལྡན་མ་ཞེས་བོད་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་  
མཉེན་སྦྱུག་དང་ལྡན་པ་བྱུང་གི་བར་དག་ཏུ་ལང་ཆོ་  
དར་བ་ལས་བྱུང་བའི་རྩ་འགྱུར་མཛོན་པར་མཐོ་བ་

འདི་དག་གནས་པའི་ཡུལ་གྱི་གོ་སྐབས་རྟེན་པར་འགྱུར་

བ་མ་ཡིན་ཏེ་ཤོང་བ་མིན་ནོ།

བཞི་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཞེས་པ་བྱུང་པར་བརྗོད་པ་ཡིས།

ལེགས་སྦྱར་དེ་དག་སྤེད་པ་ཉིད།

འཇིག་རྟེན་ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ནི།

འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་མཛེས་པར་འགྱུར།

དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་དག་ལྟ་བུ་ཞབས་རྩལ་

གཙང་བ་དང་། ལྷ་མ་རྒྱས་པའི་བྱུང་པར་བརྗོད་ཅིང་

གསལ་བར་བྱས་པའི་ཆོག་ལེགས་པར་སྦྱར་བ་དེ་དག་

ཅམ་ནི་སྤེད་པ་སྟེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ལས་བཀྲལ་

བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་གྱིས་

སྦྱབ་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་དང་མི་འགལ་བར་

དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ནི་མཁས་སློན་བར་མ་ཐམས་  
ཅད་དགའ་བས་མཛེས་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའི་དོན་  
ཏོ།

གཉིས་པ་ཏ་ཅང་བཟོད་པའི་མཛེས་པ་ལ་མཆན་ཉིད།  
དཔེར་བཟོད་མཐུག་བསྟུ་བ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
མཆན་ཉིད་ནི།

འཇིག་རྟེན་འདས་བཞིན་བཟོད་འདོད་ཀྱིས། །

དོན་གང་ཤིན་ཏུ་བཀོད་གྱུར་པ། །

དེ་ཡིས་མཁས་པ་ཤིན་ཏུ་ནི། །

ཆོམ་འགྱུར་ཅིག་ཤོས་མ་ཡིན་དཔེར། །

འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པའི་མཆོམས་ལས་ཆེས་རིང་དུ་  
བཀྲལ་ཞིང་སློ་ཡུལ་དུ་མི་ཤོང་བ་བཞིན་བཟོད་པར་  
འདོད་པའི་སློ་ཞིག་སྟོན་ཏུ་བཏང་ནས་དེ་ལྟ་བུའི་

བཟོད་བྱེད་དོན་གང་ཞིག་ཟོད་བྱེད་ཤིན་ཏུ་བྱུང་ཆེ་  
བའི་ངག་གིས་སྒྲོ་བཏགས་ཏེ་ཆེས་ལྷགས་པར་བཀོད་  
པར་གྱུར་པའི་ཆོག་སྒྱུར་དེས་ནི་མཁས་པ་རྣམས་ལྟལ་  
ཆེ་བའི་བྱེད་ཤིན་ཏུ་ཆོམ་ཞིང་དགའ་བར་འགྱུར་ལ།  
དེའི་ཅིག་ཤོས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲུན་པོ་དག་ནི་དེ་  
འདྲ་བྱུང་ཡིན་པས་འབྲེལ་མེད་ཅེས་འཕྱ་ཞིང་ཆོམ་པར་  
མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཤར་ཕྱོགས་གོ་ཏེ་བའི་མཁས་པ་  
རྣམས་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་གཏམ་ལ་སྦྱར་བ་ནི།

དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བདག་གི་བྱིམ།

ལྷ་ཡི་བྱིམ་བཞིན་བསྟེན་པར་འོས། །

བྱོད་ཀྱི་ཞབས་རྒྱལ་ལྷུང་བ་ཡིས། །

ཉེས་པ་དག་ནི་མ་ལྷན་བསྐྱུས། །



དུས་དེང་ནས་བཟུང་སྟེ་བདག་གི་བྱིམ་འདི་ཉིད་ལྟ་  
གནས་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་པའི་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཁང་  
བཟང་བཞིན་དུ་དགའ་ཞིང་བསྐྱགས་པར་འོས་ཏེ། ཅིའི་  
ཕྱིར་ན་སྐྱེས་བུ་མཆོག་ཁྱོད་ཀྱི་ཞབས་རུལ་གཙང་ཞིང་  
དག་པ་སྦྱང་བས་བྱིམ་གྱི་ཉེས་པ་སྦྱོན་གྱི་ཆོགས་མ་ལུས་  
པ་བསྐྱུས་ཤིང་བཀྲ་ཤིས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པར་  
བྱས་པས་སོ།།

བསྐྱགས་པ་ལ་སྦྱར་བའི་དཔེར་བཟོད་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་འདི་ལྟ་བུར།

རྣམ་པར་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་འདི།

ངེས་པར་མ་བརྟགས་བྱེད་པོ་ཡིས།

ནམ་མཁའ་དག་ནི་ཆུང་ཅུར་སྦྱལ།

མཛེས་ལྡན་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མའི་ཁྱར་ལང་ཚོ་ལ་བབས་  
 པས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དངོས་པོ་འདི་ལྟ་བུར་ནམ་པར་  
 རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་འདི་ཉིད་དུས་མ་འོངས་པ་ན་  
 འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་ཚུལ་ལ་མ་བརྟགས་ཤིང་རུ་མ་  
 མི་ཤོང་བའི་དོགས་པ་མ་བྱས་པར་འཇིག་རྟེན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཚངས་པས་ནམ་མཁའ་འདི་ཆུང་  
 ཅུར་སྒྲུལ་པས་ད་ལྟ་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་མི་ཤོང་བར་སྤང་ལ།  
 གལ་ཏེ་བརྟག་པ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཚོ་ཚངས་པ་ལྟུང་  
 པའམ་བག་མེད་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པའོ།

སྐབས་འདིར་སུཿ་ལྷོས། རུ་མ་གནས་པའི་བྲང་གི་ས་དེ་  
 དག་ནི་ཚངས་པས་ཆུང་ཅུར་སྒྲུལ་པས་རུ་མ་མ་ཤོང་  
 བར་གྱེན་དུ་འབྱུར་པོར་གནས་སོགས་གསུངས་པ་ནི་  
 རིན་སྒྲུངས་པས་བཀག་ཟིན་པ་ལྟར་མི་ལེགས་ཏེ། དེ་ལྟ་  
 ན་ཤར་སྟོའི་འདོད་པ་གཉིས་བྱུང་མེད་དུ་འགྱུར་བའམ།

ཤར་པ་ལས་ཀྱང་སྟོ་པ་ལྷན་ཅུང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
རོ།

གསུམ་པ་མཇུག་བསྐྱུ་བ་ནི།

འདི་ནི་ཏ་ཅང་བཟོད་པ་འདི། །

གྲོ་ཏ་བ་ལ་མཛེས་པར་བཟོད། །

འཇུག་པ་སྐྱ་མ་གཞན་གྱི་ནི། །

ལམ་ལ་སྟོང་པོ་ཉིད་དུ་བཤད། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བཟོད་གཉིས་པོ་འདི་ནི་ལྷན་  
ཆེས་ཆེ་བ་ཏ་ཅང་བཟོད་དུག་པས་འཇིག་རྟེན་ན་  
གྲགས་པའི་མཚམས་ལས་རིང་དུ་བརྒྱལ་བའི་ཕྱིར། ཤར་  
ཕྱོགས་གྲོ་ཏ་བའི་ལམ་ལ་མཛེས་པར་བཟོད་ཅིང་འཇུག་  
པ་སྟེ། དཔེར་བཟོད་སྐྱ་མ་གཉིས་པོ་ནི། དེ་ལས་གཞན་

སྒྲིག་པ་བྱ་བ་དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་སྒྲིང་པོ་ལམ་སྒྲིག་ཉིད་དུ་  
བཤད་དོ།

སྐབས་འདིར་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་སྒྲིག་པ་འདི་ནི་ཉ་ཅང་  
སྒྲིག་པ་བྱ་བ་གི་སྒྲིག་པ་ཏུ་ཆེ་བར་བཅོད་པ་ཡིན་ཞེས་  
བཤད་པས་འབྲུལ་གཞི་བྱས་ནས་འབྲུལ་མཛད་པས་  
གྲིས་པས་བྱ་བ་གི་སྒྲིག་པ་བཅོད་པ་ཞེས་དང་། འདི་ནི་  
མཁས་པ་ཁོ་ན་ལ་མཛོས་པའི་པས་བྱ་བ་དང་། སྐྱེ་མ་ནི་  
མཛོས་པའི་པས་བྱ་བ་ཅེས་ཡིན་སྐབས་གསུངས་པ་ལ།  
རྒྱུ་བྱེད་མཁས་པས་འདི་དང་ལེན་བར་པར་འབྲུང་བའི་  
པས་བྱ་བ་གཉིས་གཅིག་པར་འདོད་ན། དོན་ཉིད་དམ་  
ནི་སྐྱེ་ལ་ཡང་། འབྲུང་པར་མེད་པར་སྐྱེ་བཅོད་  
ནས། གལ་ཏེ་སྐྱེ་ལ་རབ་བསྐྱེད་པ། དེ་ནི་དོན་  
གཅིག་པ་རུ་འདོད། ཅེས་གསུངས་པ་སྐྱེ་བའི་སྐྱེ་བུ་  
འབྱུང་ཞིང་སྐབས་དོན་པ་བཀོད་ནས་རང་ལན་དང་

འགྲེལ་པར་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི་ལེགས་བཤད་ཏེ། དེ་  
 ཡང་སྐབས་འདིར་གོ་ཁ་པས་འདོད་པའི་མཛེས་པའི་  
 ཡོན་ཏན་གྱི་མཚན་ཉིད། །འཇིག་རྟེན་འདས་བཞིན་  
 བཅོམ་འདོད་ཀྱིས། །དོན་གང་ཤེན་ཏུ་བཀོད་གྱུར་  
 བ། །ཞེས་དང་། ལེན་བར་པའི་ལྷུ་བྱུང་གི་མཚན་ཉིད།  
 ལྷ་པར་གྱི་ནི་བཅོམ་འདོད་གང་། །འཇིག་རྟེན་  
 མཚམས་ལས་བཞུལ་གྱུར་བ། །ལྷུ་ཏུ་བྱུང་བར་བཅོམ་  
 པ་འདི། །རྒྱན་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །ཞེས་འབྱུང་བ་  
 གཉིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་མཚམས་ལས་འདས་པའམ་  
 བཞུལ་བར་གྱུར་པ་ལ་མཚུངས་ཡང་ཤེན་ཏུ་འཇིགས་འདི་  
 ཉིད་འཇིག་རྟེན་ལས་ཆེས་རིང་ཏུ་བཞུལ་བ་དང་། དོན་  
 རྒྱན་གྱི་ལྷུ་བྱུང་འཇིག་རྟེན་ལས་བཞུལ་ཅམ་གྱི་ལྷ་  
 པར་ཡོད་པ་གསལ་ཞིང་། ལྷ་པར་གཞན་ཡང་སྐབས་  
 འདིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ལས་ཆེས་རིང་ཏུ་བཞུལ་  
 བའི་ལྷ་ཅི་ཆར་བཅོམ་པ་ལས་བཅོམ་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་

གཞན་ཅི་ཡང་མེད། འོན་ཀྱང་གྱི་ཕུལ་བྱང་ལ་ཁྱད་དེ་  
ཅམ་མི་ཆེ་བར་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་མཆར་ཕུལ་ཅི་  
ཆེར་བྱེད་དགོས་པའི་བྱང་པར་གཞུང་ལ་བརྟགས་པས་  
གསལ་མོད། རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ནས་འདི་དག་གི་བྱང་  
པར་བཤད་པ་ནི་མེད་དོ།

༡༠ ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན།

བརྩ་བ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ། མཆན་  
ཉིད་མདོར་བསྟན། སྦྱར་བ་དཔེར་བརྗོད། བསྟོད་པས་  
གཉིས་ཀ་འདོད་པ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཞན་གྱི་ཆོས་དེ་གཞན་དག་ལ།

འཇིག་རྟེན་ལྷགས་གྱི་རྗེས་འབྲངས་ནས།

ཏིང་ངེ་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དེ།

ཏིང་ངེ་འཛིན་དུ་བརྗོད་དེ་དཔེར།

ཆོས་ཅན་གཞན་སེམས་ལྡན་གྱི་ཆོས་གང་ཡང་རུང་བ་  
 གཅིག་གམ་མང་པོ་ཆོས་ཅན་གཞན་སེམས་མེད་བེམ་པོ་  
 དག་ལ་སྤངས་ནས་མ་ཉམས་པར་བཀོད་པའམ་བཞག་  
 པ་སྟེ། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལ་ཇི་ཏྱར་གྲགས་པ་དཔེར་ན་  
 འབྱེད་འཇུམ་དང་། རྒྱགས་པ་དང་། ཟླ་བས་འཁུན་པ་  
 སོགས་ཆོས་ཅན་པན་ཚུན་གྱི་ཆོས་སྤྱར་ན་མཚུངས་རུང་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་སྐད་ལ་ཇི་  
 ཏྱར་གྲགས་པ་སེམས་ལྡན་གྱི་མིག་གི་ཆོས་དང་། སེམས་  
 མེད་མེ་རྟོག་གི་འདབ་མའི་ཆོས་ཏྱ་བ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་  
 འབྱེད་པ་དང་འཇུམ་པའི་སྒྲ་འཇུག་ཏུ་ཡོད་པ་དང་།  
 ཆོས་ཅན་ཚུང་མ་དང་མེ་རྟོག་པར་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་  
 རྒྱགས་པ་དང་། ཆོས་ཅན་སྤྱམ་མ་དང་ཆར་སྤྱོན་འབྲུག་  
 སྒྲ་ཅན་རི་བོའི་སྟོང་ཏུ་གནས་པ་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་འཁུན་  
 པ་དང་ངལ་བ་དང་། ཉལ་བ་སོགས་ཆོས་ཅན་སེམས་  
 མེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་ན་སྒྲ་འཇུག་ཏུ་མེད་ཀྱང་

བཤད་དུ་རུང་བས་དང་། ཟླ་བ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ནི་འཇིག་  
 ཏིན་གྱི་ལྷ་གས་ལའང་གཉིས་ཀའི་སྐབས་སུ་སྤྱོད་བཤད་  
 འཇུག་གཉིས་ཀ་ཚང་བའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་སྟན་  
 ངག་མཁན་གྱིས་གང་དུ་ཆོས་ཅན་སེམས་ལྡན་དེ་ལས་  
 དེའི་ཆོས་འགོད་དུ་རུང་བ་དེ་རི་བཞིན་པར་སྤངས་  
 རས་ཆོས་ཅན་སེམས་མེད་ཀྱི་སྟེང་དུ་མ་ཉམས་པར་  
 བཞག་པའམ་བཀོད་པས། དེས་དེ་ཡང་དག་པར་འཇིན་  
 པར་བྱེད་པ་ནི་ཏིང་ངེ་འཇིན་དུ་བཟོད་དེ། དེས་ཆོག་ས་  
 ལྷ་གླི་ཞེས་འབྱུང་བ་བསམ་གཏན་ལ་མ་ཉམ་པར་བཞག་  
 པའི་ཏིང་ངེ་འཇིན་དང་འདི་གཉིས་སྐད་དོད་གཅིག་པ་  
 ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་མ་ཉམ་པར་བཞག་པ་ཡང་སེམས་  
 གནས་ལྷ་གས་ཀྱི་ངང་དུ་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་བཞག་  
 པའི་དོན་དང་། འདིར་ཡང་སེམས་ལྡན་གྱི་ཆོས་དེ་  
 སེམས་མེད་ཀྱི་སྟེང་དེ་ན་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་བཀོད་  
 རས་བཞག་པའི་དོན་གྱིས་ས་ལྷ་གླི་ཞེས་པའི་སྤྱོད་



མཚུངས་པ་ཡིན། ཡང་ན་འབྲེད་འཇུག་ལ་སོགས་པའི་  
 ཆོས་དེ། ཆོས་ཅན་མིག་དང་པར་སོགས་ཀྱི་མཉམ་པར་  
 རམ་མཚུངས་པར་འཛིན་པའི་དོན་ཡིན། རྒྱ་སྐད་སྐབ་  
 ཚུལ་ས་མ་སྒྲོན་མའི་ཨ་རྟེ་མཚམས་སྐྱར་བས་བྲུབ་པ་  
 ཞིག་དང་། ཡང་ཉེར་བསྐྱར་སྤྲོད་པ་ཨ་རྟེ་སྒྲོན་མའི་ཏུ་  
 རྟེན་འཛིན་པའི་བྱེད་སྒྲུབ་ལ་གེ་རྟེན་སྐྱར་བས་བྲུབ་པ་  
 གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འདིར་རྒྱ་འབྲེལ་ན་ཕྱི་མ་ལྟར་  
 བཤད་འདུག་གསུངས། སྐབས་འདིར། འཛིག་རྟེན་  
 ལྷགས་ཀྱི་རྗེས་འབྲངས་ནས། ཞེས་པའི་འབྲེལ་ལྷགས་  
 གྲུང་ཐང་པ་བདེ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་དང་། རྗེ་བོད་མཁས་པ་  
 སོགས་ཀྱིས་འཛིག་རྟེན་ལ་ཇི་ལྟར་གྲགས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་  
 རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ། མེ་རྟོག་མིག་བྱམ་ཐལ་མ་ཁ་བྱེ་ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུའི་ཐ་སྐད་མཛེས་པ་འགོད་ཀྱི། ཐལ་མ་མིག་བྱམ་  
 ཁབ་ཀྱི་ཁ་བྱེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མི་མཛེས་ཤིང་མ་གྲགས་པ་  
 མི་འགོད་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ཕལ་ཆེར་དོན་དང་

འབྱུང་ཞིང་རྣམ་པ་གསལ་གསལ་འདྲ་བར་སྤང་མོད།  
འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་ན་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེ། མེ་ཏོག་ཁ་བྱུམ་  
ཞེས་གྲགས་པ་ལས། མེ་ཏོག་མེག་བྱེ་ཞེས་མ་གྲགས་པའི་  
ཕྱིར་འཆད་ཚུལ་དེ་ཡང་ལེགས་པར་བརྟག་ན་ཅུང་མེ་  
བདེ་བར་མངོན། །

གཉིས་པ་སྒྱུར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་སྒྱུ་དང་བྱེ་བྲག་  
གཉིས། དང་པོ་སྒྱུར་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

ཀུ་མུ་ད་ནི་མེག་བྱུམ་ཞིང་། །

པརྩ་དག་ཀྱང་མེག་འབྱེད་ཅེས། །

མེག་གི་བྱ་བ་བཀོད་པ་ལས། །

དེ་ཡི་རྗོད་བྱེད་སྒྱུ་དག་ཐོབ། །

ཉི་མ་ཤར་བ་ན་ཀུ་མུ་ད་འདབ་མ་བྱུམ་ཞིང་པརྩ་འདབ་  
མ་རྒྱས་པའི་ཆོས་ཅན་སེམས་མེད་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་སེམས་

ལྷན་གྱི་མིག་འབྱེད་འཇུག་གྱི་བྱ་བ་དག་སྟན་ངག་  
མཁན་གྱི་བཀོད་པ་ལས། ཀྱ་མུ་ད་མིག་བྱམ་པ་རྩ་མིག་  
འབྱེད་ཅེས་པའི་རྫོང་བྱེད་གྱི་སྒྲ་ཐོབ་ཅིང་འཇུག་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས། ཆོས་  
གཅིག་བཀོད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཆོས་དུ་མ་  
བཀོད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནོ། །དང་པོ་ལ་འབྲེལ་འགོད་  
པ་དང་དཔེར་བརྗོད་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི།

ནི་རྩྭ་ཏ་དང་ལྷན་རྩྭ་རྩྭ་།

སྒྲུག་སྒྲུག་སྒྲུག་སྒྲུག་པའི་འཇུག་བརྟེན་པ། །

ཤིན་ཏུ་མཛེས་ཏེ་གཞན་དུ་ནི། །

གྲོང་པ་ཉིད་གྱི་རྩུ་པ་བརྟེན། །

ནི་རྩྭ་ཏ་ནི་སྒྲུག་སྒྲུག་པ་འདོད་པ་དང་། ལྷན་རྩྭ་ལྷན་པ་  
འཕེན་པ་ལ་ཡང་འཇུག་མོད། འདིར་གཉིས་ཀ་དེའི་

ལྷོགས་སུ་གཏོགས་པ་ལ་དགོངས་ནས་སྐྱགས་པའི་མིང་  
 གི་ནམ་གངས་སུ་མཛད་པ་ཉེ། ལྷོགས་པའི་དངོས་མིང་  
 བེ། བེ་བླ་ཏ་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། སྐྱགས་པའི་སྐྱེས་བུ་མ་ན་  
 སྐྱགས་གཞན་ཡང་སྐྱེད་པ་ཉེ། མདོར་ན་སྐྱ་དེ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་སྐབས་འདིར་སྐྱགས་པའི་མིང་ཡིན་པ་ཉི་མས་  
 འོད་ཟེར་སྒྲོ་བ་ལ་ཉི་ཟེར་སྐྱགས་ཞེས་པ་སྟ་བུ་འོག་ནས་  
 དཔེར་བཅོལ་པས་འཆད་འགྱུར་གྱི་དོན་བཞིན་སེམས་  
 མེད་བཅའ་པོའི་ཆོས་ཅན་ལ་སེམས་ལྡན་སྐྱགས་པའི་སྐྱ་  
 དེ་ནམས་སྟན་ངག་མཐན་གྱིས་སྐྱར་བ་ནི་སྐྱགས་པ་  
 སལ་བའམ། བཏགས་པ་བ་ཡིན་གྱི་གཙོ་བོ་དང་མཚན་  
 ཉིད་པ་མ་ཡིན་པས། བཏགས་པ་བའམ་སལ་པའི་རྟེན་  
 ཅན་གྱི་སྐྱགས་པའི་སྐྱ་དེ་ནམས་སྟན་ངག་ལ་ཤིན་ཏུ་  
 མཛེས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་སྐྱག་ཆགས་སེམས་ལྡན་སྐྱགས་  
 པ་བཅོལ་བའི་དངོས་དོན་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་ན་བཅོལ་  
 ཚུལ་གཞན་དགོས་པ་ལས་དངོས་མིང་གི་སྐྱ་འདི་ནམས་

ཀྱིས་བཟོད་ན། བཏེན་པ་ངག་ཚིག་གི་སྒྱུར་བ་དེ་ཉིད་  
སྒར་སྒང་བྱ་ཚོགས་པར་དབྱུང་མི་རུང་བར་དཔེར་  
བཟོད་ནས་བཤད་ཟེན་པའི་གྲོང་ཚོག་ངན་པ་དེ་རྣམས་  
ཀྱི་ཏེན་ཅན་དུ་འགྱུར་བས་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་མཁས་  
པ་རྣམས་མི་དགེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྒང་བར་གདམས་པའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་པ་དངོས་ལའང་གཉིས་ལས།  
མཛེས་པའི་དཔེར་བཟོད་ནི།

པདྨས་ཉི་ཟེར་སྐྱགས་པ་རྣམས། །

འཕྱངས་ནས་རྩལ་དམར་སྐྱགས་པ་ཡི། །

ཁ་ཡི་དག་བྱེད་ཟེར་མ་དག།

ཤིན་ཏུ་སྐྱགས་པར་བྱེད་པ་བཞིན། །

ཅས་པ་མཛེས་ཏེ་.....། །

མེ་ཏོག་པར་རྒྱ་རྒྱུ་ཀྱིས་ཉི་མའི་ཉི་ཟེར་སྐྱུགས་པ་  
 རྒྱུ་ཀྱིས་འཕྱངས་པས་པར་ཉི་མའི་གེ་སར་ལས་རྒྱུ་དམར་གྱི་  
 རྒྱུ་ཀྱིས་སྐྱུགས་པར་བྱེད་པའི་ཁའི་དག་བྱེད་མེ་སྐྱུག་གི་  
 ཟེར་མ་ཕྱ་མོ་ཤིན་ཏུ་སྐྱུགས་པ་བཞིན་ཏུ་སྒྲུང་  
 རོ། །བཞིན་ཞེས་པ་རབ་བརྟགས་གསལ་བྱེད་དེ། དེས་  
 རྒྱ་སྐབས་འདིར་ཉི་ཟེར་དང་། རྒྱུ་དམར་དང་། དག་  
 བྱེད་མེ་སྐྱུག་གི་ཟེར་མ་སྟེ། སྐྱུགས་པ་གསུམ་པོ་ནི་ཕལ་  
 པའམ་བརྟགས་པ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་ལ་བརྟེན་པས་  
 མཛེས་ཤིང་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་སྟེ་སེམས་ཅན་གྱི་ཆས་  
 སྐྱུགས་པ་གཅིག་ཕུ་ཉིད་པར་དང་ཉི་མ་ལ་བཀོད་  
 པའོ། །འདིར་འགྱུར་ཁ་ཅིག་ཏུ་པར་སྒྲུང་འོད་ཟེར་སྐྱུགས་  
 པ་ཞེས་བསྐྱར་བ་ནི་མི་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་སྤང་བྱ་མི་མཛེས་པའི་དཔེར་བཟོད་ནི།

མི་མཛེས་པ། །

ཆུང་མ་སྐྱུགས་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །

མི་མཛེས་པ་གྲོང་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཇི་སྟ་བུ་ཞེ་ན། སལ་  
 པའམ་བཏགས་པ་བ་བཟློད་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་ཞིང་  
 གཙོ་བོའམ་དངོས་ལ་བརྟེན་པ་ཆུང་མ་ལ་སོགས་པ་  
 སེམས་ལྡན་སྟོག་ཆགས་སྐྱུགས་པ་བཟློད་སྐྱེ་ཡིན་ན་  
 སྐྱུགས་པའི་དངོས་མིང་དེ་དག་གིས་བཟློད་པས། དེ་  
 ཉིད་རང་གི་ཆོས་སྤང་པར་བྱ་བ་དེ་བཟློད་པ་ཙམ་ལས་  
 ཆོས་གཞན་ཆོས་ཅན་གཞན་ལ་བཀོད་པའི་མཆོན་ཉིད་  
 མ་ཆང་བས་ཏིང་ངེ་འཛིན་དུ་མི་འགྱུར་བར་མ་བཟོད་  
 སྤང་བུའི་གྲོང་ཆོག་ངན་པར་འགྱུར་བའོ། །

སྐབས་འདིར་ཡང་དཔང་རྟེན་མ་གཏོགས་པའི་བོད་  
 འགྲེལ་ཐམས་ཅད་དུ་བཟློད་བྱ་རང་གི་ཆུང་མ་ཆང་  
 གིས་ར་རོ་བས་སྐྱུགས་པ་ལ་བསམས་ཀྱང་། ཟློད་བྱེད་  
 པར་དང་ཉི་མ་སོགས་ཀྱིས་བྱས་པར་འཆད་པ་དང་།

དག་ཕྱེད་ཅེས་པ་ཚུ་ཡིན་པར་འགྲེལ་བ་སོགས་ནིར་  
 འབྲུལ་རྒྱན་འབྲུམས་པ་ཤ་སྟག་ཏུ་འདུག་ལ། དེ་ལྟར་  
 བཀྲལ་བའི་ཆོ་བསྐྱུས་བཟོད་དང་དབྱེ་བ་མེད་པར་གྱུར་  
 པས། དེ་གཉིས་མི་འདྲ་བའི་འབྱེད་ཆོས་འཆོལ་བ་ལ་  
 འགྲེལ་མཛད་འགའ་ཞིག་ངལ་བར་གྱུར་མོད། གཞུང་གི་  
 དགོངས་དོན་བཟོད་བྱ་དངོས་རང་། ཉི་མ་ཤར་བས་  
 པར་རྒྱས་ཏེ་གོ་སར་ལས་རྩལ་དམར་ཟག་པ་དེ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་གྱི་བསྐྱུས་བཟོད་ལྟ་བུ་བསམ་བྱ་ལོགས་སུ་ཡོད་མི་  
 དགོས། རྒྱང་མ་སྐྱུགས་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །ཞེས་པ་ནི་  
 མི་མཛོས་པ་སྤང་བྱའི་དཔེར་བཟོད་ཡིན་གྱི་བསམ་བྱ་  
 ལྟོན་པ་མིན། གལ་ཏེ་ཡིན་ན་གཞུང་ཆོག་ལས་ཀྱང་སྤང་  
 མ་ཟོད་བྱེད་ཕྱི་མ་བཟོད་དོན་ནམ་བསམ་བྱ་ཡིན་ཚུལ་  
 གྱི་ཆོག་དངོས་ཤུགས་གང་རུང་ནས་འབྱུང་དགོས་པ་ལ་  
 དེ་མེད་པའི་ཁར་ཞེས་པ་མཛོས་ཏེ་ཞེས་སྤང་མ་ལ་  
 བསྐྱུགས། མི་མཛོས་པ་རྒྱང་མ་སྐྱུགས་པར་བྱེད་ཅེས་



ཕའོ་ཞེས་བྱི་མ་ལ་སྒྲེལ་རྒྱུ་ཡིན་གྱི། ཞེས་པ་རྫོང་བྱེད་  
 བསམ་བྱ་ནི། ཞེས་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་འབྲེལ་  
 གཉིས་དཔང་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་ལས་ཀྱང་འདྲིར་  
 བཀོད་པ་བཞིན་དུ་བཤད་པས་ཤེས་ལ། གལ་ཏེ་བྱེད་  
 རྣམས་ཀྱིས་བཀྲལ་བ་ལྟར་ན། དངོས་པོ་འགའ་ལ་  
 བསམ་བྱས་ནས། །དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་  
 གཞན། །བསྐྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྫོང་བྱེད་པ། །དེ་ནི་  
 བསྐྱས་པ་བརྫོང་པར་འདོད། །ཅིས་པའི་མཚན་ཉིད་  
 ལེགས་པར་ཚང་བས་ཇི་ཅམ་བཤད་ཀྱང་བསྐྱས་བརྫོང་  
 ལས་འདྲའ་ས་མེད་དེ། རྒྱང་མ་སྐྱགས་པ་ལ་བསམས་  
 ནས་དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན་ཉི་མའི་འོད་  
 ཟེར་དང་པདྨས་རྒྱལ་དམར་སྐྱགས་པ་བརྫོང་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད་མ་ཚང་སྟེ། ཆོས་  
 ཅན་སེམས་ལྡན་གྱི་ཆོས་སེམས་མེད་གྱི་ཆོས་ཅན་གཞན་  
 ལ་སྤངས་ནས་བཀོད་པ་མ་ཡིན་པར་བསམ་བྱ་དེ་རྫོང་

བྱེད་ཅམ་ཡིན་པར་བྱེད་འདོད་པའི་ཕྱིར་དང་། བཟོད་  
 བྱ་དངོས་ཆུང་མ་སྐྱུགས་པ་ཡིན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ལ་སྐྱུགས་པའི་དངོས་མེད་གི་སྒྲིམ་པས་གཞུང་གི་  
 དཔེར་བཟོད་ཀྱང་སྤང་བྱའི་གྲོང་ཆོག་དུ་ཐལ་བའི་ཕྱིར་  
 དང་། གཞན་ཡང་། ཀྱ་མུ་ད་ནི་མིག་བྱམ་ཞིང་། །སོགས་  
 ཀྱང་ཉིང་ངེ་འཇོན་གྱི་རྒྱན་ཡིན་པས་མཆོན་ཉིད་  
 གཅིག་གིས་བྱབ་དགོས་པའི་ཕྱིར་བསམ་བྱ་སེམས་ལྡན་  
 སུ་ཞིག་གི་མིག་ཕྱེ་བ་དང་བཙུམ་པ་ལ་འཆད་ཅེས་ངེས་  
 ན་འཆད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་བཟོད་བྱ་སེམས་  
 མེད་ཡིན་ན་དེ་ལ་སེམས་ལྡན་གྱི་ཆོས་སྐྱུགས་པའི་སྐྱུས་  
 སྒྲིམ་ན་མཛོས་ཞེས་སྟོན་བྱེད་དཔེར་བཟོད་པར་སྒྲིམ་ཉི་  
 ཟེར་སོགས་དང་། སེམས་ལྡན་གྱི་སྐྱུགས་པ་དངོས་བཟོད་  
 བྱ་ཡིན་ན་སྐྱུགས་པའི་སྐྱ་མི་སྐྱར་ཞིང་སྐྱར་ན་གྲོང་ཆོག་  
 དུ་འགྱུར་བའི་དཔེར་བཟོད་ཆུང་མ་སོགས་སོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་དག་བྱེད་ཅེས་པ་སྐྱིར་ཆུ་ལ་འཇུག་མོད་ཀྱང་།

སྐབས་འདིར་ཁ་དོག་དམར་བའི་མཚུངས་ཆོས་ཀྱིས་  
 བསྐྱའི་རྩལ་དམར་རྣམས་མེ་སྟག་འཕྲོ་བའི་གཟུགས་སུ་  
 བཀོད་ནས། དེ་ལ་ཡང་སྐྱགས་པའི་ཆོས་སྤངས་ཏེ་  
 བཀོད་པར་དཔང་རྟེན་ནས་བཤད་པ་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་ཆོག་  
 རི་སྟ་བ་ཡིན་པས་དག་བྱེད་ཀྱང་མེ་ལ་འཇུག་  
 པའོ། །དཔེར་བཞིན་འདིར་འཐུངས་པ་དང་སྐྱགས་པའི་  
 ཆོས་ཉིད་ངེས་པར་འདུག་ཀྱང་ཆོས་གཅིག་བཀོད་པའི་  
 ཏིང་ངེ་འཛིན་ཞེས་པའི་མིང་འདོགས་ཏེ་རྒྱ་འགྲེལ་  
 ནའང་འདུག་པས་མ་བཅོས་པར་རང་སོར་བཞག་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་དུ་མ་བཀོད་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ།  
 མཚན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། དེ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཅིག་ཅར་ཉིད་དུ་ཆོས་དུ་མ། །

བཀོད་པ་དག་ཀྱང་འདོད་དེ་དཔེར། །

ཆོས་ཅན་སེམས་ལྡན་གྱི་ཆོས་མང་པོ་ཆོས་ཅན་སེམས་  
མེད་གཞན་ལ་ཅིག་ཅར་ཏེ་དུས་གཅིག་ཉིད་དུ་བཀོད་  
པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཡང་འདོད་དེ་དཔེར་ན་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཅོམ་ནི།

སྡེ་བའི་མངལ་ཁུར་གྱིས་ངལ་ཞིང་། །

འཁུན་པར་བྱེད་པ་སྤྲོན་གྱི་ཕྱིང་། །

འདི་དག་གཡོ་མེད་སྤྲོང་གི་ནི། །

ཕང་པ་དག་ཏུ་ཡང་དག་ཉལ། །

ཅུའི་རང་བཞིན་ཆར་གྱི་མངལ་ཁུར་གྱིས་སྡེ་ཞིང་ངལ་  
བས་འབྲུག་སྤྲོད་པ་བྱས་འཁུན་པར་བྱེད་པའི་ཆར་སྤྲོན་  
གྱི་ཕྱིང་བ་འདི་དག་གཡོ་མེད་རི་བོའི་ཕང་པར་དལ་  
བྱས་ཡང་དག་པར་ཉལ་ལོ། །

གསུམ་པ་དེ་བཤད་པ་ནི།

གྲོགས་མེད་མང་པར་ཉལ་བ་དང་།

འཁུན་དང་སྦྱོར་བ་ཉིད་དང་ངལ།

ཞེས་པ་འདྲི་མེད་མངལ་ལྡན་མེད།

ཆོས་ཏེ་མང་པོ་གཞན་དུ་བསྟན།

ཆོས་ཅན་བྱད་མེད་སྦྱུང་མ་བྱ་དང་བྱ་མོ་ལ་སོགས་པ་  
བཅའ་བར་མངོན་དུ་སྦྱོགས་པའི་མངལ་ལྡན་མེད་ཆོས་  
མང་པོ་སྦྱོར་མངལ་ཁུར་གྱིས་སྦྱོར་ཞིང་ངལ་བ་དང་། དེའི་  
སྦྱོར་གྲོགས་མེད་མང་པར་ཉལ་བ་དང་འཁུན་པ་རྣམས་  
དེ་ལས་སྦྱངས་ནས་ཆར་སྦྱོར་ཆུ་འཛིན་པས་སྦྱོར་བ་དང་།  
ངལ་ངལ་སྦྱར་དལ་བུར་རྒྱ་བ་དང་། སྦྱོར་གྱི་སྦྱོར་  
འབྲུག་སྦྱོར་དལ་བུ་མི་གསལ་བར་སྦྱོགས་པ་དང་། གཡོ་མེད་

རི་བོ་འི་སྒྲིང་གི་པང་པར་གནས་པའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་  
ལ་བཀོད་པས་གཞན་དུ་བསྟན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་བསྟོད་པས་གཉིས་ཀ་འདོད་པར་བསྟན་པ་ནི།

ཏིང་འཛིན་ཞེས་པའི་ཡོན་ཏན་གང་། །

འདི་ནི་སྟན་ངག་བདོག་ཀྱན་ཏེ། །

སྟན་ངག་མཁན་པོ་དོན་མཐུན་གྱི། །

ཆོག་ས་ཀྱང་འདི་ཡི་རྗེས་སུ་འབྲངས། །

ཏིང་ངེ་འཛིན་ཅེས་བྱ་བའི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་འདི་  
ནི་སྟན་ངག་ཆོག་ས་བཅད་དང་། ལྷག་པ་དང་། སྤེལ་  
མའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་བདོག་པ་ཀྱན་ཏེ་མོར་ཐམས་ཅད་  
ཡིན་ཏེ་ལེགས་ཤིང་བྱབ་ཆེ་བས་ན་སྟན་ངག་མཁན་པོ་  
རྣམས་དོན་མཐུན་ཏེ་ཆོང་པའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས།  
དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཏིང་ངེ་འཛིན་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་

འབྲང་ཞིང་སྒྱུར་བར་བྱེད་དེ་ཚོང་པ་ནོར་གྱི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་བ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་འདི་ནི་ལམ་གཉིས་ཀའི་ཐུན་  
 མོང་གི་ཡོན་ཏན་རོ། །འོན་ཀྱང་འདིར་སྒྲུར་ཐང་པ་སྒྲུ་  
 རྒྱུས། དཔེར་བཅོལ་སྒྲུ་མ་གཉིས་ནི་བེ་དལྱའི་ཡོན་ལ་བྱེ་  
 མ་གཅིག་ཕུ་ཉིད་ནི་གོ་ཁ་བའི་ཡོན་པར་བྱས་ནས་  
 བཤད་ནའང་ལེགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ། རྗེ་བོད་  
 མཁས་པས། ཡོན་ཏན་བརྒྱུ་པོ་སྒྱུའི་ཁོག་བབས་དང་  
 མཐུན་ཞིང་ཐུན་མོང་མ་ཡོན་པ་ཞེས་པའི་རྣམ་དཔྱད་  
 མི་ཉམས་པ་དང་། མཐུག་གི་དོན་བསྒྱུ་བ་དང་འབྲེལ་སྒྲ་  
 ཞིང་འབྲེལ་ཆགས་པ་སོགས་དགོས་པ་བྱུད་པར་བ་དུ་  
 མ་སྒྲུང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཅི་རིགས་ཀྱི་  
 གོ་བ་ལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡང་ལམ་རྣམ་  
 པར་དབྱེ་བའི་སྐབས་ཡོན་པས་ཤར་སྒྱུའི་འདོད་པ་ཐ་  
 དད་ཡོད་དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་མེད་ན་དོན་རྒྱན་གྱི་  
 གྲངས་སུ་འཆད་རིགས་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་པ་སོགས་སྒྲ་

ཚེགས་ཞིག་འདུག་ཀྱང་དེ་ཀུན་ཁྱུངས་མེད་པར་རང་གི་  
 སྒོ་ལ་གང་བདེ་སྤྲོས་པར་བཅད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཞན་གང་  
 ཡང་མེད། གཞུང་དུ་ཤར་སྟེ་འདོད་པ་ཐ་དད་ཡོད་པ་  
 ཀུན་ལ་སོ་སོར་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་ཚིག་གསལ་རེ་  
 གཞན་ཀུན་ལ་ཡོད་ན་འདིར་མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་  
 པ་དང་། རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་དང་དཔང་རྒྱུ་སྒྲིག་སྒྲིག་  
 མཐུན་པར་ཤར་སྟེ་ཐུན་མོང་པར་བཤད་པའི་ཁྱུངས་  
 བཅང་བས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་མེད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་  
 བཅུའི་ཁོག་བབས་དང་འདི་མཐུན་དགོས་པར་ཡང་མ་  
 དེས་ཏེ། ཡོན་ཏན་འདི་བཅུ་བེ་དཔྱེའི། ལམ་གྱི་སྒྲིག་ཏུ་  
 བཤད་པ་ཡིན། །དེ་དག་ཕལ་ཆེར་བསྒྲིག་པ་ལས། །གོ་  
 རའི་ལམ་དག་མཚན་པ་ཡིན། །ཅེས་པའི་ཕལ་ཆེར་ཞེས་  
 པ་ཡང་དོན་གསལ་དང་འདི་གཉིས་ལ་མ་ཁྱབ་པར་  
 དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན། དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་བསྒྲིག་པ་ལས། །ཞེས་གསུང་རིགས་པར་



འགྱུར་བ་དང་། ལམ་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་དང་ཐུན་མོང་མ་  
 ཡིན་པའི་རྣམ་པར་བཅད་པ་ཞེས་པའང་གཙོ་ཆེ་བ་ལ་  
 དགོངས་པ་ཡིན་གྱི་ཁྱབ་མཐའ་འཆའ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། ལེའུ་དང་པོར་འཆད་པའང་སྟ་ར་ཏའི་གཞུང་  
 ལས་འདིར་སྤངས་པ་ལ་རིགས་མཐུན་པར་དགོངས་  
 རས་ཡོན་ཏན་བརྩུ་ལེའུ་དང་པོར་མཉམ་དུ་བཤད་པ་  
 ཡིན་གྱི། འདོད་པ་ཐ་དད་དབྱེ་བ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་དུའང་མ་  
 ཡིན་པ་དང་། འདི་ཐུན་མོང་གི་འདོད་པས་ལེའུ་བར་  
 པར་འཆད་རིགས་ན་དོན་གསལ་ཡང་དེར་རིགས་པ་  
 དང་། མཇུག་གི་དོན་བསྟུ་བ་དང་འབྲེལ་སྦྲ་ཞིང་འབྲེལ་  
 ཆགས་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། སྟན་ངག་མཁན་པོ་དོན་  
 མཐུན་གྱི་ཚོགས་ཐམས་ཅད་འདིའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་  
 ཞེས་བཤད་པ་ལས་འདོད་ཚུལ་གྱི་ཁྱད་པར་མ་བཤད་  
 པ་དང་། དེ་ལྟར་རང་བཞིན་སོགས་ནི་ལེའུ་དང་པོའི་  
 ཡོན་ཏན་བརྩུ་པོ་སྟེ་ལ་བསྟེགས་པའི་མཇུག་སྟུང་གྱི་

ཆོག་ཡིན་གྱི་ཉིང་ངེ་འཇིན་ལ་སྒྲེར་དུ་སྒྲོར་རྒྱུ་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

ལེའུ་དང་པོའི་མཇུག་བསྐྱུ་བ།  
གསུམ་པ་མཇུག་བསྐྱུ་བ་ནི།  
དེ་ལྟར་རང་བཞིན་བརྟགས་པ་ལས། །  
ལམ་ནི་དེ་གཉིས་རྣམ་པར་སྟེ། །  
དེ་དག་དབྱེ་བ་སྟོན་ངག་མཁན། །  
སོ་སོ་ལ་གནས་བཅོལ་མི་རུས། །  
བྱར་ཤིང་འོ་མ་བྱར་སོགས་ཀྱིས། །  
མངར་བ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཆེ། །  
དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་དེ་བཅོལ་པར། །

དབྱངས་ཅན་མས་ཀྱང་རྒྱས་མ་ཡིན། །

བཤད་ཟིན་པའི་ཚུལ་དེ་ལྟར་ལམ་གཉིས་པོའི་རང་  
 བཞིན་སྐྱར་བ་ལ་སོགས་པ་དངོས་སྟོབ་དང་དེ་ལས་  
 ཕལ་ཆེར་བསྐྱོག་པ་བརྟགས་ཤིང་བྱེ་བ་ལས། ཤར་ཕྱོགས་  
 པའི་ལམ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བྱང་པར་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་  
 རྣམ་པར་བྱེ་ནས་བསྟན་ཟིན་ལ། དེ་དག་གི་ནང་གསེས་  
 ཀྱི་དབྱེ་བ་ཕྱ་ཞིང་རྒྱས་པ་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་ནི་སྤར་  
 བྱང་བའི་སྟན་ངག་མཐན་དཔའ་བོ་དང་། སྤེ་བཟླ་དེ་ལ་  
 དང་། རྒྱ་མཐོའི་ཁོལ་བོ་ལ་སོགས་སོ་སོའི་ལྷགས་ཀྱི་  
 བསྟན་བཅོས་ཡོད་པའམ་མེད་པ་དང་། ད་ལྟར་དང་མ་  
 འོངས་པའི་སྟན་ངག་མཐན་སོ་སོའི་སྟོང་དང་ཞལ་ལ་  
 གནས་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་ཕྱིར་འདྲིར་བརྗོད་  
 པར་མི་རྒྱས་ཏེ། དཔེར་ན་བྱར་ཤིང་དང་། འོ་མ་དང་།  
 བྱ་རམ་དང་། སོགས་འོངས་ནས་ཀ་ར་དང་། སྤང་ཅི་

དང་། ཤ་ཁ་ར་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱི་འཛིན་ཆོས་རྩིས་མངར་  
 བ་ཚམ་དུ་རིགས་གཅིག་ཀྱང་། དེ་དག་ནང་གསལ་གྱི་  
 མངར་ལྷགས་བྱུང་པར་བྱུང་གིང་ལྷ་བྱ་གཅིག་ལ་ཡང་  
 སྤྱི་ས་ཐ་དད་དང་། ཡུལ་བཟང་ངན། སེམས་ཅན་སོ་  
 སོའི་འོ་མ་ལ་ཡང་མངར་བའི་རྩིས་བྱུང་པར་མི་འདྲ་བ་  
 དུ་མ་ཡོད་པ་ལྟར་སྟན་ངག་གི་རྒྱ་གྱི་བྱེ་བྲག་དབྱེ་བ་  
 སྤྱི་ས་ཐ་དད་པ་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ཇི་སྟེད་པ་དེ་  
 སྟེད་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཚུལ་ཅན་དུ་ཡོད་པ་དེ་ལྟ་  
 བྱ་ནི་ངག་གི་དབང་ཕྱུག་སྤྱི་ས་ཐ་དད་ས་ཅན་མས་ཀྱང་  
 བརྗོད་པར་མི་རྣམས་ན་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གིས་ག་ལ་  
 རྣམ་ཞེས་པའོ། །

སྟན་ངག་གི་རྒྱ་བཤད་པ།



སུ་དཔྱོད་པ་སྐྱེ་བས་ཐོབ་པའི་ཤེས་རབ་ཟབ་མོ་ཡོད་པ་  
 དང་། སྦྱིར་ཤེས་བྱའི་གནས་ཀྱན་དང་། བྱེ་བྲག་སྟན་  
 ངག་གི་བསྟན་བཅོས་དང་། དེ་སྦྱིར་བའི་རྒྱན་གྱི་བསྟན་  
 བཅོས་དང་། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་གི་མངོན་བརྗོད་  
 དང་། རྩོན་བྱང་གི་གཏམ་རྒྱད་དང་། རྩེབ་སྦྱིར་དང་།  
 རྩོས་གར་ལ་སོགས་པ་ལེགས་བཤད་ཀྱི་ཚོགས་མང་དུ་  
 ཐོས་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དྲི་མ་མེད་པ་དང་། དེ་སེམས་པ་  
 དང་གོམས་པ་ལ་མངོན་པར་སྦྱིར་བའི་གྲས་སྦྱིར་དང་  
 ཏྲག་སྦྱིར་གྱི་བཙོན་འགྲུས་མི་དམན་པ། དེ་གསུམ་ནི་  
 སྟན་ངག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་སྦྱིར་བ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་  
 པའི་སློ་རྒྱད་ལ་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཕུན་མིང་མ་ཡིན་པའོ། །

སྒྲོད་དུ་རུང་བའི་རྒྱ།

གཉིས་པ་སྒྲོད་དུ་རུང་བའི་རྒྱ་ནི།

གལ་ཏེ་རྩོན་གྱི་བག་ཆགས་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

རྩེས་འབྲེལ་སྒྲོབས་པ་མཐད་བྱང་མེད་པ་ལའང་། །

ཐོས་དང་འབད་པ་དག་གིས་དག་བསྟེན་ན། །

རི་ཞིག་ལྟར་ཡང་ངེས་པར་རྩེས་འཛིན་བྱེད། །

དེ་ལྟ་ན་སྒྲིམ་ཐོབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་མེད་ན་སྟན་ངག་ཤེས་  
པའི་ཐབས་མེད་དམ་ཞེ་ན་ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་ཞེས་བརྟག་  
པ་མཐའ་བབྱང་ནས་སྒྲོན་སྒྱུངས་ཀྱི་བག་ཆགས་སད་  
པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྩེས་འབྲེལ་དུ་བྱང་བ་སྒྲིམ་ཐོབ་ཀྱི་  
སྒྲོབས་པ་བབྱང་པོ་མཐད་དུ་བྱང་བ་དེ་ལྟ་བུ་མེད་པས།  
རྒྱ་དང་པོ་མ་གྲུབ་པའི་གང་ཟག་ལའང་རྒྱ་གཉིས་པ་  
མང་དུ་ཐོས་པ་དང་། རྒྱ་གསུམ་པ་འབད་པ་ཆེན་པོས་  
རིག་པའི་གནས་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་  
བྱང་པར་འཕགས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡན་ལག་དང་བཅས་  
པ་བསྟེན་ན་བསྟེན་མཁན་གྱི་སྒྱི་བོ་དེ་རིམ་པས་སྒྲོ་གྲོས་  
འཕེལ་ནས་ནམ་ཞིག་ན་དབང་རྒྱལ་དབང་རྣམས་དུ་

འཕྱིས་པས་རྒྱུད་འགྱུར་བའི་བྱུང་པར་གྱིས་ངེས་པར་  
རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱེད་དེ་སྟོན་ངག་ཤེས་པའི་སྐལ་པ་  
བཟང་པོ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་རོ། །

རྒྱུ་དེ་ལྷན་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་རྒྱུ་དེ་ལྷན་གྱི་པན་ཡོན་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་གྲགས་འདོད་རྣམས་གྱིས་ཏྲག་ཏུ་ནི། །

སྟོམས་ལས་མེད་པར་རིམ་པས་དབྱངས་ཅན་བསྟན། །

སྟོན་ངག་ཆུང་དུ་ལ་ཡང་ངལ་བྱས་མི། །

མཁས་པའི་མདུན་ས་དག་ཏུ་འདུག་ལ་དབང་། །

རྒྱུ་དེའི་ཕྱིར་སྟོན་ངག་གི་སྒྲིམ་མཁས་པའི་གྲགས་པ་དང་།

དེས་མཚོན་ནས་རྟོག་པ་དང་བཀྱར་སྟེ་འདོད་པ་རྣམས་

གྱིས་ཏྲག་པར་ཏེ་རྒྱུ་དུ་སྟོམས་ལས་མེད་པར་ཐོས་པ་



དང་། སེམས་པ་དང་། གོམས་པའི་རིམ་པས་དབྱངས་  
 ཅན་སྟན་ངག་གི་རིག་པ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །ཡང་ན་དེ་  
 ལྟར་ངག་གི་སྟག་པའི་སྟ་དབྱངས་ཅན་མ་བསྟེན་པར་  
 བྱ་སྟེ། གསེར་འོད་དམ་པ་ལེའུ་ཉེར་དགུ་ཡོད་པའི་ལེའུ་  
 བཙེ་ལྡ་པར། གཙུག་ལག་ཀྱན་ལ་མཁས་ཤིང་ཆོག་སྒྱུར་  
 བའི་རྒྱན་ལ་གསལ་ཞིང་ཐོགས་པ་མེད་པར་འགྲུབ་པར་  
 འདོད་པས་བསམ་པ་དེས་ཤིང་གུས་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྟ་  
 མོ་དབྱངས་ཅན་སྟན་དངས་པའི་ཆོག་འདི་བརྗོད་པར་  
 བྱའི་ཞེས་བཀའ་སྦྱལ་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལས་ཅིར་འགྱུར་ཞེ་  
 བ། སྟན་ངག་མཁན་རང་ཉིད་སྟན་ངག་བྱེད་པ་ཆེན་པོ་  
 སྐྱེས་བཅིངས་པ་ལ་སོགས་པར་མ་ཟད་ཀྱི་ཆུང་དུ་  
 དམན་པའམ་དམན་པ་མ་ཡིན་པ་ལའང་ངལ་བས་ཉན་  
 པ་ལ་སོགས་པ་བྱས་པའི་སྐྱེ་བོའམ། མི་རྣམས་ནི་མཁས་  
 པ་སྟན་ངག་མཁན་པོའི་མདུན་ས་དག་དུ་བསྟན་བཙེས་  
 ལ་ཡོངས་སུ་ངལ་བ་བྱས་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་

འབྱུང་བའི་དགའ་སྟོན་ཆེན་པོ་སྟོན་ངག་མཁན་གྱི་  
མཆོའི་བདུད་ཅི་སྟེ་བོ་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད་  
པའི་སྤྱིར་འདུག་པ་ལ་དབང་བར་བྱེད་དོ། །

བར་སྐབས་ཀྱི་ངལ་གསོའི་ཆོག་ས་བཅད།

འདིར་སྒྲུས་པ།

འདི་ན་རྩུན་སྒྲུབ་ས་ཅན་གྱི་སྒྲོབ་མ་འགས། །

པརྟེ་ཏ་དང་ལོ་ཙྰར་སྒྲོ་བཏགས་པའི། །

བོད་སྒྱུན་གན་པོའི་ཚྭ་ངས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ལས། །

འོང་བའི་ངག་རྒྱུན་བཀོད་དང་འདི་མི་འདྲ། །

ལུང་དང་གཙུག་ལག་རིག་པའི་གནད་མཁྱེན་ཅིང་། །

གྱི་བལ་འཕགས་བོད་བརྟེ་ཡི་མདུད་པ་སྒྲོལ། །

ལེགས་སྤྱིར་གཞུང་ལུགས་མང་པོ་ཐུགས་ཁུད་པའི། །

པཎ་ཆེན་སྒྲ་མའི་གསུང་གི་རྒྱ་མཚོ་ལས། །

བདག་སྒོ་ཀྱ་ཤའི་ཅེས་སྒྲངས་ཅུ་ཐེགས་ཐེང་། །

འདིས་ཀྱང་འབྲུལ་པའི་ཚ་གདུང་གཞིལ་བ་དང་། །

སྒོ་གསལ་སྟན་ངག་སྒྲ་འདོད་འགའ་མཆིས་ན། །

དེ་རྣམས་དགའ་བ་སྦྱེད་པའི་རྒྱར་འགྱུར་སྟམ། །

ཞེས་སྒོ་བ་དཔོན་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་

རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྟན་ངག་གི་མེ་ལོང་ལས་ལམ་

རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རྣམ་པར་བཅད་པ་དང་པོའི་དོན་

རབ་ཏུ་བྱེ་བ་རྫོགས་སོ། །

ལེའུ་གཉིས་པ།

དང་པོ་དོན་རྒྱན་བཤད་པ།

༥ ལེན་གཉིས་པ། ད་ནི་གཉིས་པ་ཐུན་མཛ་གི་རྒྱན་  
འཆད་པ་ལ་གཉིས། སྒྱུར་མདོར་བསྟན། སོ་སོར་རྒྱས་  
པར་བཤད་པའོ། །

དང་པོ་ནི།

སྟན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་ཡི། །

ཆོས་རྣམས་རྒྱན་ཞེས་རབ་ཏུ་བཅོད། །

དེ་ནི་ད་སྟེང་རྣམ་རྟོག་སྟེ། །

དེ་དག་མ་ལུས་སྒྱུས་འཆད་རྒྱས། །

འོན་ཀྱང་རྣམ་རྟོག་ས་པོན་ནི། །

སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན། །

དེ་ཉིད་རབ་ཏུ་ལེགས་སྒྱུར་བྱེད། །

ཡོངས་སུ་ངལ་འདི་བདག་གི་འོ། །

སྟན་ངག་གི་ལྷས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་སྟག་པ་དང་  
 སྤེལ་མ་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་མཛེས་པར་བྱེད་པའི་ཡོན་  
 ཏན་གྱི་ཆོས་གང་ཅི་ཡང་རུང་བ་རྣམས་རྒྱན་ཞེས་བྱ་  
 བའི་མིང་ཅན་དུ་དེ་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རབ་དུ་བརྗོད་  
 བོ། །དེས་ན་འདི་ནི་མདོར་བསྟན་ཀྱང་ཡིན་ལ་རྒྱན་སྤྱིའི་  
 མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ཅོ། །འོ་ན་མཚན་ཉིད་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཅན་གྱི་རྒྱན་དེ་ལ་རྣམ་གྲངས་ཇི་ཅམ་ཡོད་ཅེ་ན། དབྱེ་  
 བ་སྤྱ་མོ་ནི་སྟོན་ཐོག་མའི་དུས་ནས་བརྩམས་ཏེ་ད་ལྟའི་  
 བར་དུ་འང་རྣམ་ཏྲོག་གི་སྟོན་ནས་ཐ་དད་པ་དུ་མ་བྱུང་ལ།  
 ད་ལྟ་ཡང་སྟན་ངག་མཁན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟན་  
 ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པ་སྦྱོར་ཚུལ་སྤྲར་མ་གྲགས་པ་  
 གཅིག་བཀོད་ན་རྒྱན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་དུས་  
 མ་འོངས་པ་ལ་འང་དེས་རིགས་འགྲེ་བས། མདོར་ན་  
 དུས་གསུམ་གྱི་སྟན་ངག་མཁན་ཇི་ཅམ་པ་དེ་ཅམ་པའི་  
 རྣམ་ཏྲོག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱན་མ་

ལལ་པ་ནི་ཚུ་རྩལ་མཐོང་བའི་བྱིས་པ་སྐྱུ་འཆད་པར་  
 རྒྱས་ཏེ་མི་རྒྱས་སོ། །འོ་ན་རྒྱན་མཐའ་ཡས་པས་མཐའ་  
 དག་བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་ན་གཞུང་ཚུམ་པའི་ངལ་བས་  
 ཅི་བྱ་ཞེ་ན། དེ་ལྟ་ནའང་གཙོ་བོ་བསྐྱུ་བའམ་རིགས་བསྐྱུ་  
 བའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱན་མཐའ་ཡས་པ་དེ་ཀྱན་ལ་བྱབ་པའི་  
 སྤྱིའི་ངོ་བོའམ་མཆན་ཉིད་རྒྱན་ཀྱན་གྱི་རྟོག་དཔྱད་གྱི་  
 རྩ་བའམ་རྣམ་རྟོག་གི་ས་བོན་ཅམ་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་  
 སྟན་ངག་གི་མཆན་ཉིད་མཛད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་  
 ཏོ། །དེ་ལྟར་ས་བོན་བསྟན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་གཞུང་ཆེན་  
 པོ་རྣམས་ལ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་འཕྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་  
 ཡོད་པ་འདྲིར་བསྐྱུ་བ་དང་། མི་གསལ་བ་གསལ་བར་བྱ་  
 བ་ཆོག་ཉུང་ངུས་དེ་དག་གི་དོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་རྣམས་བདེ་  
 བླག་ཏུ་རྟོགས་པར་བྱ་རྒྱས་པའི་ཚུལ་ཏུ་རབ་ཏུ་ལེགས་  
 པར་སྐྱར་ཏེ་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གིས་འབད་ཅིང་  
 ཡོངས་སུ་ངལ་བས་འདི་ཚུམ་པ་ཡིན་གྱི། རྒྱན་ཐམས་

ཅད་བརྗོད་པའི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་ཏེ་མཐའ་ཡས་པས་མི་  
རྣམས་པའི་བྱེད་རོ། །

ལམ་ནི་རྣམས་པར་དབྱེ་དོན་དུ། །

རྒྱན་འགའ་ཞིག་ནི་སྤར་ཡང་བསྟན། །

ཐུན་མོང་དག་དུ་རྒྱན་གྱི་ནི། །

ཆོག་མཁན་འདི་རབ་དུ་བསྟན་པར་བྱ། །

སྟོ་ཤར་གྱི་ལམ་སྤེལ་གཉིས་རྣམས་པར་དབྱེ་བའི་དོན་དུ་  
སྤར་བ་དང་རབ་དུ་དྲངས་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་  
འགའ་ཞིག་སྤར་ཡང་ལེན་དང་པོར་བསྟན་ཏེ། འགའ་  
ཞིག་ཅེས་པ་ཐམས་ཅད་མ་ཡིན་པའི་དོན་དང་། ཡང་  
ནི་ད་ལྟར་འཆད་པ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་པའོ། །འོ་ན་ད་ཅི་  
འཆད་ཅི་ན། སྟོ་པ་དང་ཤར་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་དུ་  
འདོད་པའི་རྒྱན་གྱི་ཆོག་མཁན་འདི་རྣམས་རབ་དུ་བསྟན་

པར་བྱའོ། །དཔེ་ལ་ལར་རིགས་གཞན་ཅེས་འབྱུང་ཡང་  
འདིར་བྲིས་པ་བཞིན་དུ་ལེགས་སོ།

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། འོན་ཀྱི་རྒྱ།  
སྒྲིའི་རྒྱ། གབ་ཆོག་གི་རྒྱ་ནོ། །དེ་ལས་དང་པོ་དོན་  
རྒྱ་ལའང་གསུམ། མིང་གི་དབྱེ་བ། བྱེ་བ་གཏན་ལ་  
དབབ་པ། མཇུག་བསྐྱུ་ཞིང་མ་བཤད་པ་བསྐྱབ་ཚུལ་ལོ།

དང་པོ་མིང་གི་དབྱེ་བ་ནི།

རང་བཞིན་བརྗོད་དང་དཔེ་དང་ནི། །

གཟུགས་ཅན་གསལ་བྱེད་བསྐྱར་བ་དང་། །

འགོག་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་། །

ཚྲིག་པ་ཅན་དང་སྤྲིད་པ་ཅན། །

བསྐྱུས་དང་ཕྱལ་བྱུང་རབ་བརྟགས་དང་། །



རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆ་དང་རིམ། །

དགའ་དང་ཉམས་ལྡན་གཟེ་བརྗེད་ཅན། །

རྣམ་གྲངས་བརྗེད་དང་ཀུན་ཏུ་ཕན། །

རྒྱ་ཆེ་བསྟོན་དོར་སྦྱར་བ་དང་། །

བྱད་པར་མཚུངས་པར་སྦྱར་བ་དང་། །

འགལ་དང་སྐབས་མེན་བསྟོད་པ་དང་། །

ཟོལ་བསྟོད་ངེས་པར་བསྟན་པ་དང་། །

སྟན་ཅིག་བརྗེད་དང་ཡོངས་བརྗེས་ཤིས། །

རབ་སྤེལ་དེ་ནས་དགོངས་པ་ཅན། །

འདི་དག་ཆོག་རྣམས་དག་གི་ནི། །

རྒྱ་དུ་སྟོན་གྱི་མཁས་པས་བསྟན། །

ཞེས་མིང་དུ་བསྟན་པ་སུམ་ཅུ་ཙུང་པོ་འདི་དག་སྟན་  
ངག་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་རྒྱན་དུ་སྒྲོན་གྱི་  
སྒྲོབ་དཔོན་མཁས་པ་རྣམས་ཤམ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེ་བ་གཏན་ལ་དབབ་པ་ལ་བཞི། རྒྱན་དང་པོ་  
སུམ་ཅུ་ཙུང་གསུམ་བཤད་པ། རྒྱན་གཞན་དུ་འདོད་པ་  
འདིར་འདུ་ཚུལ། རྒྱན་སྐྱེ་མ་གཉིས་བཤད་པ། སྒྲོས་གར་  
ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཀྱང་རྒྱན་དུ་བསྟན་པའོ། །

དང་པོ་ལ་སུམ་ཅུ་ཙུང་གསུམ་ལས།

དོན་རྒྱན་དང་པོ། རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན།  
དང་པོ་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆན་  
ཉིད། རྗོད་བྱེད་བཞིས་སྒྱུར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ། དོན་  
བསྐྱེའི་རྒྱན་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་།

གནས་སྐབས་སྣ་ཚོགས་དངོས་གསལ་བྱེད།

དེ་ནི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་།

རིགས་ཞེས་དང་པོའི་རྒྱན་ཡིན་དཔེ།

དངོས་པོ་བརྗོད་པར་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རིགས་  
བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་རྣམས་བཞི་པོ་གང་ཡང་རུང་བའི་བྱ་བ་  
གཞི་དེའི་གནས་སྐབས་ཏེ། མཚན་ཉིད་གཅིག་མ་ཡིན་  
པར་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་སྦྱང་དང་  
འབྱོར་བརྗོད་ཀྱིས་མ་བསྦྱང་ཅིང་ཤུགས་བསྟན་ཅིང་མ་  
ཡིན་པར་དངོས་སུ་ཚོགས་གི་བྱེད་པས་གསལ་བར་བྱེད་  
པའི་རྒྱན་དེ་ལ་ནི། དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་གང་ཡིན་  
པ་དེ་ལ་སྒྲོ་མ་བཏགས་སྐྱར་བ་མ་བཏབ་པར་བསྟོད་  
སྦྱང་གི་ཆ་སྤངས་ནས་དྲང་པོར་བརྗོད་པའི་ངོས་ནས་

རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ། བྱད་གཞི་མཚན་  
 བྱ་རང་རང་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་མཚན་ཉིད་སྣ་  
 ཚོགས་པ་དུ་མ་གཞན་སེལ་གྱི་དོན་དུ་བརྗོད་པའི་ངོས་  
 ནས་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་ཞེས་བྱ། དེ་གཉིས་དོན་གཅིག་མེད་  
 གི་རྣམ་གྲངས་ཅམ་ཡིན་པ་རིགས་སོགས་བཞི་ཀའི་སྤྱི་  
 མེད་སྟེ་དོན་རྒྱན་སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་དང་  
 པོའི་རྒྱན་ཡིན། དེ་རང་ལའང་ནང་གསེས་སུ་དབྱེ་ན་  
 རིགས་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྗེས་བཞི་ཡོད་པ་དེ་རྣམས་  
 དཔེར་ན་ཞེས་རིམ་པས་དཔེར་བརྗོད་སོ་སོ་ལ་མཚམས་  
 སྦྱར་ཞིང་བསྟེགས་པའོ། །

དེ་ལྟར་ཡིན་པའང་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ན་དངོས་སུ་གསལ་  
 བ་དང་། འཇམ་མགོན་ས་སྐྱ་པཌྲེ་ཏས། ཇོ་བོ་དངོས་སུ་  
 བསྟུགས་པ་ནི། །རང་བཞིན་བརྗོད་དང་རིགས་ཡིན་  
 ཏེ། །ཞེས་མཁས་པ་འཇུག་པའི་སྒྲོར་གསུངས་པའི་རང་

འབྲེལ་ལས། ཚེགས་སུ་བཅད་པ་རྩེ་པའི་ཚུལ་ལ་  
 གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་བསྐྱགས་པ་དང་རིགས་བསྐྱགས་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་སྒྱུན་མེད་པ་  
 ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ནི་དེ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཚེས་  
 བརྗེད་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དང་། དཔང་ལ་ཆེན་པོས་  
 དངོས་པོ་བརྗེད་བྱ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གང་གནས་  
 སྐབས་གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་པར་སྣ་ཚོགས་པ་དུ་མ་རིམ་ལྔ་  
 བ་བཞིན་དངོས་སུ་ཏེ་ཤུགས་ལས་མིན་པའི་རྗེད་བྱེད་  
 ཀྱི་བྱེད་པས་གསལ་བར་བྱེད་པ་དེ་ནི་རང་བཞིན་  
 བརྗེད་པའི་མིང་ཅན་ཏེ། མིང་གཞན་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་  
 ཞེས་བྱ་བ་རྒྱན་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་རྣམས་  
 འདིར་ཆད་མར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་རྗེ་བོད་  
 མཁས་པ་མི་ཡམ་དག་ལེགས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བས་ཁོང་  
 རང་གིས་མཛད་པའི་འབྲེལ་པ་དང་དོན་རྒྱན་ལ་དོགས་  
 པ་གཙོད་པའི་འབྲེལ་གཏམ་ལེགས་པར་བཤད་པའི་

རོལ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བ་ན་དོན་གྱི་གནད་ལེགས་པར་  
མཐུན་པས་ཇི་བཞིན་བཀལ་འདུག་མོད། གཞན་བོད་  
འགྲེལ་ཐམས་ཅད་ན་རིགས་སོགས་བཞིའི་སྤྱི་མིང་ལ་  
རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱ་ན་ཞེས་པ་ཁོ་ན་ལས་རིགས་  
ཀྱི་རྒྱ་ན་ཞེས་པའི་མིང་རྣམ་གངས་སུ་འཇུག་པ་མ་  
མཐུན་པར་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཡང་། དང་པོའི་རྒྱ་ན་  
ཡིན་རིགས་སོགས་དཔེར་ཞེས་འདོན་པ་ནི་མི་ལེགས་  
སོ། །

གཉིས་པ་རྗོད་བྱེད་བཞིས་སྦྱར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ལའང་བཞི་ལས།

༡ རིགས་རང་བཞིན་བརྗོད་པ།

དང་པོ་རིགས་བརྗོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱ་ན་ནི།

མཆུ་ནི་དམར་ཞིང་གྲག་པ་དང་། །

གཤོག་པ་ལྷང་ཞིང་མཉེན་པ་དང་།

མགྲིན་པ་ཁ་དོག་གསུམ་འཕྲེང་ཅན།

ནེ་ཙྰ་འདི་དག་ཆོག་འཇམ་ལྡན།

མཆུ་ཁ་དོགས་དམར་ཞིང་དབྱེབས་གྲག་པ་དང་།

གཤོག་པ་ཁ་དོག་ལྷང་ཞིང་རེག་བྱ་མཉེན་པ་དང་།

མགྲིན་པ་ཁ་དོག་དཀར་སྟོང་དམར་བའི་རི་མོ་གསུམ་གྱི་

འཕྲེང་བ་ཅན་གྱི་ནེ་ཙྰ་འདི་དག་ཆོག་འཇམ་པོར་སྦྲ་

བའི་སྦྲ་དང་ལྡན་ནོ་ཞེས་པའོ། །སྐབས་འདིར་འགྲེལ་པ་

བྱར་ཤིང་དུ། ལེའུ་དང་པོར། ལྷན་པ་ཉམས་ལྡན་ཆོག་

དང་ནི། ཞེས་པ་དང་། སྒྲུའི་ལྷགས་གྱི་རྣམ་དབྱེའི་

མཐའ་ཅན་གྱི་ཆོག་དང་། མངོན་པའི་ལྷགས་མིང་

འདུས་པ་ལས་ཆོག་ཏུ་གྲུབ་པ་དེ་རྣམས་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་

ན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྟོབ་དཔོན་རཏྭ་ཕྱིས་ཆོག་ནི་སྒྲུའོ་

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ནོ། ཞེས་འབྱུང་བའང་། འདིར་

རྟེན་ཅི་སྤྱི་ལ་བྱུང་པའི་རིགས་བརྗོད་པ་ཡིན་པས་ལེགས་  
 པར་བཤད་པ་ཁོ་ནའོ། དེ་ཡང་རྟེན་ཅི་འདི་དག་ཞེས་པ་  
 རིགས་ཀྱི་སྤྱི་དང་ཆོག་ལྷག་མ་རྣམས་དེའི་མཆན་ཉིད་  
 དམ། ཆོས་སྤྱི་ཆོགས་བྱུང་གཞི་དེ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་  
 དོན་དུ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་མ་ཡིན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་  
 པའི་གཞན་སེལ་གྱི་སྤྱི་སྤྱོད་པེར་ན་ཤིང་དང་བ་ལང་  
 ཞེས་པ་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་དང་། རྩ་བ་ལོ་མ་ཡལ་ག་འབྲས་  
 ཟུང་མ། རྟོགས་དང་སྒྲོག་ཤལ་སོགས་བརྗོད་པས་རང་གི་  
 ཆོས་དེས་ཆོས་ཅན་རང་རང་གསལ་བར་གོ་ཞིང་། ཤིང་  
 དང་བ་ལང་མ་ཡིན་པ་རྣམ་པར་གཅོད་པ་སྤྱི་སྤྱོད་ཤི།  
 རིག་གཏེར་ལས། རིགས་དེ་གཞན་སེལ་ལས་གཞན་  
 མིན། ཞེས་དང་། ཚད་མ་རྣམ་འབྲེལ་གྱི་རང་འབྲེལ་  
 ལས། དངོས་པོ་རིགས་མཐུན་པ་རྣམས་ཀྱི་འདྲ་བ་ཉིད་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་རིགས་ཡིན་ནོ། ཞེས་ལན་མང་དུ་བཤད་  
 ཟེན་དོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་འདིར་ཡང་མཆུ་གྲུག་པ་



དམར་བ་གཤོག་པ་ལྷུང་མཉེན་མགྲིན་པ་ཁ་དོག་གསུམ་  
 འཕྲེང་ཚོག་འཇམ་ལྡན་པ་སོགས་ནི་རིགས་སམ་མཚན་  
 ཉིད་དམ། ཚས་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ། སྦྱར་རིགས་ལ་སྦྱེ་ལ་  
 ལྷུང་པའི་ཚས་གཅིག་བརྗོད་པས་དེའི་སྡེ་ཚན་གྱི་བྱེ་  
 བྲག་མང་པོ་གོ་བ་རྩ་ཉིའི་སྦྱ་ལས་དྲངས་པ་དང་།  
 རིགས་རྒྱད་ཀྱི་རིགས་ལ་འཇུག་པ་ཀྱུ་ལའི་སྦྱ་ལས་  
 དྲངས་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་འདྲིར་སྡེ་མ་ཡིན་ཞེས་  
 བོད་མཁས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། འོན་ཀྱང་རྩ་  
 ཉིའི་སྦྱ་སྐབས་འགར་རིགས་རྒྱད་ཀྱི་རིགས་ལའང་  
 འཇུག་པའི་སྐབས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས། དེས་ན་ལྷུང་  
 གཞིའམ་རིགས་ཀྱི་སྦྱ་འདྲིར་གཞུང་དུ་ནི་ཙྰ་ལ་དཔེར་  
 བརྗོད་པ་ལྟ། དེས་མཚན་ནས་སྦྱ་དང་མི་དང་དུད་འགོ་  
 རྒྱལ་ཆེན་རིས་གྲུབ་པ་གཞོད་སྦྱོན་བྲམ་བེ་རྒྱལ་པོ་  
 སོགས་མདྲོར་ན་དེ་རང་ལའང་ནང་གསེས་སུ་བྱེ་ན་བྱེ་  
 བྲག་མང་པོ་ཡོད་པའི་ཚོགས་པ་སྦྱའི་ཚས་བརྗོད་པ་ནི་

རིགས་བརྗོད་པ་སྟེ་རྣམས་བརྗོད་དང་མི་འདྲ་བའི་འབྱེད་  
 ཚེས་ཀྱང་འདིས་དབྱེ་བ་ཡིན་ལ། སྤྱིར་ཡང་རང་བཞིན་  
 བརྗོད་པའི་ནང་ཚན་བཞིར་དབྱེ་བའང་ཁྱད་གཞི་  
 རིགས་བརྗོད་པ་ཡིན་ན་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱད་གཞི་རིམ་པས་བྱ་བ་དང་ཡོན་  
 ཏན་དང་རྣམས་བརྗོད་པ་ཡིན་ན་དེ་དང་དེར་འགྱུར་  
 བའི་ཁྱད་པར་གྱིས་དབྱེ་བ་ཡིན་གྱི་ཁྱད་ཚེས་རྣམས་པར་  
 རྣ་ཚེགས་སྟོས་པའི་སྟོ་ནས་བསམ་ན་བཞི་ཀའང་རིགས་  
 ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་པ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་དོ། །འདིར་དཔེར་བརྗོད་  
 ཀྱི་ཚེག་ལས་ངོ་བོའི་གནས་སྐབས་སྟོས་པས་རྣམས་དབྱེ་  
 དང་པོ་ཁོ་ན་རྒྱན་དུ་འགྱུར་བར་རིགས་མེད་ཀྱང་། རྒྱ་  
 དཔེར། ཀྱ་ནི་ལིཾཔཏྱིཾམ་ལིཾཞེས་བྱེད་པའི་རྣམས་དབྱེ་  
 དངོས་སུ་མཐོང་བས་རིགས་ཀྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་པར་  
 མི་འགྱུར་རོ་སྟམ་ན་བདེན་ཏེ། ཀ་ལྷ་པར། གསུམ་  
 པའོ། །ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་ལ་ཡང་ངོ་། །ཞེས་མདོ་

བརྩམས་པའི་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ལས། བྱེད་པའི་རྒྱུ་དེ་  
 རྩམས་ཀྱིས་རང་གི་ངོ་བོ་དང་ལྷན་ཅིག་པའི་ནེ་ཙའི་  
 བྱེད་པར་དུ་བྱེད་པ་ཙམ་བསྟན་གྱི། བྱེད་པ་དངོས་  
 བརྩོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ཙོ་ཞེས་རིན་མཉམས་ས་སྦྱོད་དབང་  
 བོས་གསུངས་པ་ནི་དོན་བཞིན་དུ་ལེགས་པར་བཤད་  
 པའོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་པ་མཁས་གྲགས་ཅན་གྱི་འབྲེལ་  
 མཛད་བོད་འདིར་བྱུང་བ་ཕལ་མོ་ཆེས་མ་དགོངས་པར་  
 བྱེད་གཞི་ཙམ་དང་བྱེད་ཆོས་དང་འབྲེལ་བ་དང་། བྱེད་  
 གཞི་ཙམ་དང་གཉིས་ཀ་དང་འབྲེལ་བ། གང་དང་ཡང་  
 མ་འབྲེལ་བ་སོགས་ཀྱི་རྩམ་བཞག་དང་། མཆུ་ནི་དམར་  
 སོགས་ཆོག་རྐང་དང་པོ་གསུམ་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་  
 དང་། རྐང་པ་བཞི་པས་བྱ་བ་བསྟན་པར་འདོད་པ་  
 དང་། འགའ་ཞིག་རང་གི་འབྲེལ་པར་རིགས་ཞེས་པ་  
 རང་དང་འདྲ་བའི་རིགས་ཀྱན་ལ་བྱབ་པའི་བྱེད་ཆོས་  
 བརྩོད་པ་ཡིན་ཞེས་གཞུང་དོན་བཞིན་དུ་བཤད་ནས།

ནམ་གསལ་དཔེར་བཅོམ་པའི་སྐབས་སུ་རྩལ་བཅོམ་ལྟ་  
བུ་ལྟ་བུ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་སྐྱར་ནས་རང་ཚོག་ནང་འགལ་  
དུ་འཆད་པ་སྐབས་སྐྱོ་ཚོགས་པ་མཐོང་ཞིང་ཐོས་སོ། །

༢ བྱ་བ་རང་བཞིན་བཅོམ་པ།

གཉིས་པ་བྱ་བ་བཅོམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུ་ནི།

མགྲིན་པའི་ནང་ནས་སྒྲན་སྒྲོགས་ཤིང་། །

མིག་ནི་ཀུན་དུ་འཕྱལ་བ་ཡི། །

ཕྱག་རོན་ཅེ་འདོད་དགའ་མ་ལ། །

ཡོངས་སུ་བསྐྱར་ནས་མཆུ་དག་སྒྱུར། །

མགྲིན་པའི་ནང་ནས་སྒྲན་ལ་མི་གསལ་བའི་སྒྲོགས་  
ཤིང་སྒྲོས་པའི་མིག་དམར་པོ་སྒྲོགས་ཀུན་དུ་གཡོ་ཞིང་  
འཕྱལ་བའི་ཕྱག་རོན་དགའ་འཁྲིག་པའི་ཅེ་དགའི་བྱ་བ་

ལ་འབྱུང་པར་འདོད་པས་དགའ་མ་ལ་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་  
 ཏི་མཆུ་དག་ཕན་ཚུན་དུ་སྦྱོར་བར་བྱེད་ཅེས་པ་སྟེ། འདི་  
 ལ་ཡང་ཁྱད་གཞི་ལུག་རྩོན་གྱི་འབྲིག་པའི་བྱ་བ། ཁྱད་  
 ཆོས་མགྲིན་པའི་ནང་ནས་སྐྱོ་སྐྱོགས་པ། མིག་འཕྲུལ་བ།  
 དགའ་མ་ལ་བསྐྱོར་ཞིང་མཆུ་སྦྱོར་བ་སོགས་མཚན་ཉིད་  
 དམ་རིགས་བཅོམ་པ་སྟེ་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་ལུག་རྩོན་གྱི་  
 རྒྱས་སོ་སོ་ལ་བསྟོས་ནས་མང་པོར་འགྱུར་བའི་སྤྱིའི་  
 ཆོས་བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བསྟོད་སྦྱང་གང་  
 ཡང་མ་བྱས་པར་ཐད་ཀར་བཅོམ་པས་ནི་རང་བཞིན་  
 བཅོམ་དེ། དེས་ན་འདིར་བྱ་བ་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་རྣམ་  
 དབྱེ་གཉིས་པ་ཁོ་ན་རྒྱུན་དུ་འགྱུར་བར་རིགས་མོད་ཀྱི།  
 རྒྱ་དཔེར་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ཅི་རིགས་སུ་སྦྱར་བ་  
 ཡང་བྱ་བ་ནི་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་ལ། བྱེད་པ་ནི་བྱེད་པ་  
 པོ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཕྱིན་ཏན་རང་བཞིན་བཟོད་པ།

གསུམ་པ་ཕྱིན་ཏན་བཟོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱན་ནི།

དགའ་མ་ཡི་ནི་རེག་པ་འདིས། །

ལྷས་ལ་སྤྱོད་ཀྱས་པ་དང་། །

ཡིད་ནི་བདེ་བར་བྱེད་པ་དང་། །

མིག་དག་བྱམ་པར་བྱེད་ཅིང་འཇུག།

དགའ་མ་སྟེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱད་མེད་ལ་འབྱུང་པའི་

ལྷས་གྱི་རེག་བྱའི་ཕྱིན་ཏན་གྱིས་འབྱུང་པ་པོའི་ལྷས་ལ་

ཆགས་པའི་སྤྱོད་ཀྱས་པ། ཡིད་ནི་བདེ་བའི་ཚོར་བ་

དྲག་པོས་སེམ་པར་བྱེད་པ་དང་། མིག་གཉིས་དག་ཀྱང་

བྱམ་ཞིང་བྱམ་ཞིང་འཇུག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་

ཏེ། འདིར་དགའ་མའི་ལྷས་གྱི་རེག་བྱའི་ཕྱིན་ཏན་ནི་

བྱད་གཞི། བྱད་ཚོས་ཆགས་པའི་སྤྱོད་ཀྱས་པ། ཡིད་

བདེ་བས་སིམ་པ། མིག་ཟུམ་པར་བྱེད་པ་སོགས་དེའི་  
 གནས་སྐབས་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་སྒྲ་ཆོགས་པ་དངོས་སུ་  
 བཟོད་པ་ནི་རིག་བྱ་དེ་འདྲ་བ་མང་པོའི་ཡུལ་ལ་བྱབ་  
 བྱེད་ཀྱི་ཆོས་གཅིག་བཟོད་པས་རིགས་ཀྱི་རྒྱན་དང་།  
 དྲང་པོར་སྦྱས་པའི་ཆ་ནས་རང་བཞིན་བཟོད་  
 པའོ། །འདིར་ཡོན་ཏན་ཞེས་པའི་ངོས་འཛིན་ཀྱང་སྒྱུན་  
 ཡོན་གཉིས་ཀྱི་ལྷས་བྱེ་བའི་ཡོན་ཏན་ནམ། འདོད་པའི་  
 ཡོན་ཏན་ལྔ་ཞེས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ་ཡིན་ནོ་སྟམ་པའི་གོ་  
 བ་ཅམ་ལས་བོད་ཀྱི་འབྲེལ་མཛད་པལ་ཆེར་དང་སྟན་  
 ངག་པར་ཁས་འཆེ་བ་རྣམས་ལ་མི་འདུག་མོད། འོན་  
 ཀྱང་སྐབས་འདིའི་ཡོན་ཏན་ནི་དེ་ལྟ་བུ་ལ་ངོས་བཟུང་  
 བ་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དང་འཛོལ་བས་ནོངས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་བརྩོན་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་མིང་གི་  
 མངོན་བཟོད་དང་། རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅས་ལ་སོགས་  
 པའི་རྒྱ་གཞུང་རྣམ་དག་ཆོར་རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་

ཏན་རྩལ་བཞི་པའི་བཤད་པ་དང་དཔེར་བརྗོད་སྟགས་  
 སྐབས་དུ་མར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཅིང་། དེའི་ཡོན་ཏན་ནི་  
 དཔེར་ན་མུ་སྟེགས་ཚོས་འདོད་པའི་བདག་དམ་པའི་  
 ཡོན་ཏན་རྩལ་མུན་སྟེང་སྟོབས་གསུམ་ཡིན་པ་ཨ་མར་  
 ཀོ་ཤར། ཡོན་ཏན་སྟེང་སྟོབས་རྩལ་དང་མུན། །ཅིས་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་མཐོ་རིས་ཀྱི་བདེ་བ་  
 ངན་སོང་གི་སྒྲུག་བསྐྱལ་ཆུ་བོ་ཐུར་དུ་འབབ་པ་ལྟ་བུ་  
 རང་རང་གི་གཤེས་ལ་རང་ཆས་སུ་མངའ་བའི་རྣམ་  
 འབྱུར་རྒྱས་པ་ཅན་གང་ཡིན་པ་ཐམས་ཅད་སྐབས་  
 འདིའི་ཡོན་ཏན་དུ་བཞག་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་འཆད་  
 པའི་སྐབས་སུ་དཔྱོད་ལྡན་ཁ་ཅིག་མུ་སྟེགས་པས་འདོད་  
 པའི་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུའི་ཡོན་ཏན་རྩལ་མུན་  
 སྟེང་སྟོབས་གསུམ་ཡིན་པར་འདོད་ན། དབུ་མ་འཇུག་  
 པའི་ལུང་། ཟ་པོ་རྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་།  
 ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་མུ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་བཏགས། །ཞིས་



གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ཤེས་རིག་གི་སྐྱེས་བུ་དེ་ལ་ཟ་བ་  
 དོའི་ཡུལ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པ་དང་། ཏྲག་པ་ཡིན་པ་དང་།  
 བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མེད་པ་དང་། བྱ་  
 བ་མེད་པ་སྟེ་མཚན་ཉིད་ལྡང་དང་ལྡན་པར་བཤད་ཅིང་།  
 དེ་ཡང་ཟ་བ་པོ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེས་བུ་ཡུལ་ལོངས་  
 སྤྱོད་པའི་འདོད་པ་སྐྱེས་པ་ན་ཡུལ་སྐྱེ་ལ་སོགས་པའི་  
 རྣམ་འགྱུར་རྣམས་གཙོ་བོའི་ཁྲག་མ་ནས་བརྟོན་ནས་དེ་  
 ལ་སྐྱེས་བུ་ལོངས་སྤྱོད་པའོ། །སྐྱེས་བུ་དེ་འཁོར་བ་ན་  
 འཁོར་བའི་ཆོ་ཟ་བ་པོ་ཞེས་བྱའོ། །འཁོར་བ་ནས་ཐར་  
 བའི་ཆོ་ཏྲག་པ་ཞེས་བྱའོ། །རང་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་དང་  
 བཅས་པ་ཐམས་ཅད་གཙོ་བོའི་ཁྲག་མར་ཞེན་ནས་  
 བདག་གཅིག་ཕུ་ཡན་གར་བར་གནས་པའོ། །བྱེད་པ་པོ་  
 མ་ཡིན་ཏེ་གང་ཡང་མ་བསྐྱེད་པས་སོ། །ཡོན་ཏན་མེད་  
 པ་ནི་རྩལ་ལྷན་པ་སྟོང་སྟོབས་གསུམ་མེད་པའོ། །བདག་  
 དེས་ཐམས་ཅད་ལ་མ་བྱབ་ན་མ་བྱབ་པའི་སར་འགོ་

དགོས་པས་བྱ་བ་དང་ལྷན་པར་འགྱུར་བ་ལས། ཡུལ་  
 ཏུས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱ་བ་པའི་ཕྱིར་བྱ་བ་མེད་པའོ། །ཞེས་  
 པའི་འདོད་པ་དང་འགལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེན་མི་  
 འགལ་ཏེ། ཟུ་སྟེགས་པས་འདོད་པའི་བདག་རྒྱུད་པ་དེ་  
 མཚན་ཉིད་ལྷ་ལྷན་གྱི་ངར་འཛིན་དང་། གཙུ་བོ་ཞེས་པ་  
 ང་རྒྱལ་ཙམ་སྟེ་དེ་ནི་ཆགས་ཚླངས་ཁྲོ་གསུམ་ཆེ་རྒྱུད་  
 མེད་པར་ཆ་མཉམ་པས་སོ་སོར་མངོན་དུ་མ་གྱུར་པའི་  
 སྐབས་དང་། ཡང་འདོད་ཚླངས་སོགས་པས་མངོན་གྱུར་  
 ཏུ་ལྷང་བའི་ཆོ། ཡུལ་ལ་བདག་གིས་ལོངས་སྟོང་པ་ཡིན་  
 པས་བདག་དང་གཙུ་བོ་དག་མེ་ལོང་ངོས་གཉིས་པའི་  
 ཕྱོགས་གཅིག་ལ་གཟུགས་བརྟན་མི་ཤར་བ་དང་།  
 ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ཤར་བ་དག་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་  
 དཔེས་བརྟན། དེས་ན་བདག་རང་ལ་རྣམ་པ་མེད་ཅིང་  
 བདག་དང་འགྲོགས་པའི་རྣམ་པ་དེ་གཙུ་བོ་ཡིན་པས་  
 དེ་གཉིས་ཐ་དད་དེ། བདག་འཁོར་བར་འཁོར་བའི་ཆོ་

གཙུག་པོ་དབང་ཆེ་བས་དེའི་རྩིས་སུ་འགྲོ་ཞིང་། བདག་  
 ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ཆེ་གཙུག་པོ་རྣམ་འགྱུར་དང་བཅས་པ་  
 མེད་ནས་བདག་རང་ཆོ་ཟིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཞེས་  
 ཟེར་ཡང་། དོན་དུ་བདག་ཡོད་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་གཙུག་པོ་  
 ཡོན་ཏན་དང་བཅས་པ་དེ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་བདག་གི་  
 ཡོན་ཏན་མེད་པར་ཁས་སྐྱེས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་དེ་བདག་  
 གི་ཡོན་ཏན་དུ་མི་འདོད་ཀ་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱིང་  
 འབྲུག་དུ་ཡང་། སྤྱིང་སྟོབས་རྒྱལ་དང་ཐུན་པ་ཞེས། །བྱ་  
 བའི་ཡོན་ཏན་མཉམ་གནས་ནི། །གཙུག་པོ་ཞེས་བྱར་རབ་  
 བརྗེད་དོ། །མི་མཉམ་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་བརྗེད། །ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་ཐུ་སྟེགས་པའི་ཞེན་དོན་ལ་  
 བསྟེགས་པའི་ཆེ་བདག་ཤེས་རིག་གི་སྦྱིས་བྱ་དེ་རང་ངོ་  
 ལ་རྣམ་འགྱུར་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་། དེའི་རྣམ་  
 པ་ལ་ཡོན་ཏན་རྒྱལ་ཐུན་སྤྱིང་སྟོབས་གསུམ་ཆ་མཉམ་  
 པ་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་གཙུག་པོ་ཡིན་པས། རྒྱུ་འདྲེ་འོ་ལ་སྦྱ་

བ་མེད་ཀྱང་སྤྱོད་བ་ཆུ་ལས་འབྱུང་ཞིང་དེ་གཉིས་ཐ་དད་  
 ཡིན་པ་ལྟར་བདག་གཙོ་གཉིས་དོན་ཐ་དད་དུ་འདོད་  
 ཅིང་། བདག་གི་ངོ་བོ་ལ་བསམས་ནས་ཡོན་ཏན་མེད་པ་  
 དང་། ཡོན་ཏན་ལ་བསམས་ནས་གཙོ་བོའི་མིང་གིས་  
 བཟོད་པ་དང་། ཐར་པ་ཐོབ་པའི་ཆོ་ཡོན་ཏན་མེད་པར་  
 སོང་བས་བདག་དེ་ཉིད་ལ་གྲོགས་སམ་རྣམ་འགྱུར་མེད་  
 པར་འདོད་པ་ཡིན་ཀྱང་། འཁོར་བ་ན་འཁོར་བའི་ཆོ་  
 བདག་དང་ཡོན་ཏན་གཉིས་མཉམ་འགྲོགས་ཡིན་པས་  
 བདག་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་མི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། ཡོན་ཏན་  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་རིགས་བཟོད་པའི་སྟན་  
 ངག་སྟན་ངག་མཁན་པོས་སྦྱར་ན་སྐབས་འདིའི་དཔེར་  
 བཟོད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདོད་པའི་ཡོན་  
 ཏན་ལྡེ་ཡང་གཟུགས་སྤྱོད་ལ་སོགས་པ་དེ་དང་དེའི་ཡོན་  
 ཏན་ཡིན་པས་སྐབས་འདིའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཙམ་  
 ཡིན་མོད། དེ་ཁོ་ནར་བསམ་ན་རྒྱ་ཆུང་བར་འགྱུར་བས།

རྒྱལ་དབང་ལྷ་པ་ཆེན་པོའི་དཀར་འབྲེལ་དབྱངས་ཅན་  
 དབྲེས་སྒྱར། ཤོང་ལོས། མི་འཇིགས་སྟོབས་དང་མ་  
 འདྲེས་ཆོས། །ཞེས་སོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་དང་སྒྱར་བ་འདྲིས་མི་གཞོད་དམ་སྟུམ་ན་  
 སོགས་གསུངས་པའི་དོགས་སྟོང་འགོད་པ་གནང་  
 དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་འདྲིས་ཡིན་ཞིང་། མི་  
 འཇིགས་པ་སོགས་དེ་རྣམས་ཐུགས་ཀྱི་རེག་བྱ་ཡིན་  
 གསུང་ན་ག་ལ་འཐད་ཀྱང་ཐུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་ངེས་  
 པར་བཞག་རུང་། འོ་ན་སྐབས་འདིའི་ཡོན་ཏན་དང་  
 ཆོས་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་གཅིག་པར་མི་འགྱུར་  
 རམ་ཞེ་ན་འདི་ལ་ཟུ་བཞི་སྟེ། མཚན་ཉིད་ཡིན་ལ་ཡོན་  
 ཏན་མ་ཡིན་པའི་ཟུ་ནི་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པ་བྱེ་རོལ་  
 པས་འདོད་པའི་བདག་གི་མཚན་ཉིད་ཟ་བ་པོ་ལ་  
 སོགས་པ་ལྷ་ལྟ་བུ། ཡོན་ཏན་ཡིན་ལ་མཚན་ཉིད་མ་  
 ཡིན་པའི་ཟུ་ནི། རྒྱལ་ཐུན་པ་སྟོང་སྟོབས་གསུམ་དང་

དཀར་མེ་ལ་སོགས་པ་ཁ་དོག་གི་རིགས་མཐའ་དག་  
 ལྟ་བུ། གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པའི་མུ་ནི། བྱི་རོལ་པས་འདོད་  
 པའི་གཙོ་བོའི་བདག་དངོས་དང་། ལྷས་ངག་ཡིད་ཀ་བ་  
 བུམ་པ་སོགས་མཚན་བྱའི་མེང་རྒྱུད་གི་རིགས་ཐམས་  
 ཅད་དོ། །གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་མུ་ནི། འབྱུང་བའི་སྤྱི་ཡང་  
 རྩོ་གང་། མཐོ་རིས་ཀྱི་བདེ་བ། ངན་སོང་གི་སྤྱུག་བསྐྱལ་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་པས་འདིར་ཡང་བུད་མེད་ཀྱི་ལྷས་ཀྱི་རེག་  
 བྱའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་རེག་པ་འདིས་  
 ཞེས་སྒྲིམ་པ་ལས་ཡོན་ཏན་ཀྱི་བྱེད་པས་ནམ་དབྱེ་  
 གསུམ་ཐོབ་རྒྱུ་། རྒྱ་དཔེར། སྤྱི་ཡུ་སྤྱུ་ལྷ་བརྟ་ཏེ་ཞེས་  
 དང་པོ་སྤྱུར་བ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། བྱེད་ཅན་བརྗོད་ན་དང་  
 པོ་ཉིད། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་སྤྱུབ་ལས། ཏི་སོགས་དེ་  
 དག་དབང་རྒྱུར་འབྱུང་། ཞེས་བཤད་པ་ལྟར། སྤྱི་བརྟ་  
 ཏེ་ཞེས་པ་ཏིང་མཐའི་བྱེད་ཅན་བརྗོད་པའི་དབང་གིས་  
 དང་པོ་སྤྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །

༤ རྩམ་རང་བཞིན་བརྗོད་པ།

བཞི་པ་རྩམ་བརྗོད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱན་ནི།

མགིན་སྟོན་ལག་ན་ཐོད་པ་ནི། །

གནས་པ་ཟླ་བའི་ཅོད་པན་དང་། །

སྦྱུ་ཞིང་དམར་བའི་རལ་པ་ཅན། །

བྱ་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་གསལ་བར་གྱུར། །

མགིན་པ་སྟོན་པོ་ནི་སྟ་དང་སྟ་མ་ཡིན་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་  
མཆོ་བསྐྱབས་པ་ན་དུག་ནག་པོ་བརྟེགས་པ་བྱུང་བ་ཐོས་  
པས་མགིན་པ་ནག་པོར་གྱུར་པ་དང་། རིག་བྱེད་གྱི་  
གཏམ་ལས་འདིས་ཚངས་པའི་སྟངས་གཏོང་བཅད་པའི་  
སྟོན་པ་བྱུངས་ཕྱིར་སྟོང་སྟོད་དུ་དུར་ཁྱོད་གྱི་མི་ཐོད་  
ལག་ན་གནས་པར་གྲགས་པ་དང་། རྒྱ་མཆོ་ལས་བྱུང་  
བའི་ཟླ་བ་བྱེད་པ་ཅོད་པན་དུ་བྱས་པ་དང་། སྦྱུ་ཞིང་



ཁ་དོག་དམར་བས་བྱང་པར་དུ་གྱུར་པའི་རལ་པ་བྱང་  
 པར་བ་དང་བཞི་པོ་དེ་རྣམས་ནི་མཚན་ཉིད་དམ། བྱང་  
 ཚོས་སམ། རིགས་བརྗོད་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་ཀྱིས། བྱ་མཚན་ག་  
 རྒྱལ་མཚན་ཞེས་པ་སྟེ་དབང་ཕྱུག་ཉིད་ཀྱི་མཚན་གྱི་  
 རྣམ་གྲངས་ཏེ། འབྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ་བྱ་མཚན་སྤང་  
 གི་སྟེང་ན་གནས་པས་བྱ་མཚན་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་བཀྲལ་  
 བ་ནི་མི་འཐད། རྒྱ་མཚན་སྟེ་ཆེན་པོའི་གཡུལ་དུ་འཇུག་  
 པའི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་མཚན་མ་ལས་མིང་དེ་སྐད་དུ་  
 ཆགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་། བྱི་ཤ་རྩ་ཇ་  
 ནི་བདེ་བྱེད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་བས་སོ། །དེས་ན་དེ་སྟེ་བྱའི་  
 བྱང་གཞི་རིལ་པོའི་ངོ་བོ་དབང་ཕྱུག་ཞེས་པ་སྟེ་བྱེ་བྲག་  
 པ་གཅིག་གི་རྩ་གསལ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་པས་གསལ་  
 བར་གྱུར་ཅས་པའི་གཞུང་ཚོག་གིས་ཀྱང་བྱང་གཞི་དེ་  
 བྱང་ཚོས་ཀྱིས་གསལ་བར་གྱུར་ཅས་པའི་དོན་དུ་འབྱུར་  
 རོ། །དེ་འང་ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་པརྩ་དཀར་པོས་མཛད་



ཕའི་བསྐྱུས་འབྲེལ་དུ། འདིར་གསལ་བར་གྱུར་ཅེས་པ་  
 འགྱུར་ལེགས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་བི་  
 རྩ་སྤྱིང་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ལོ་རྩ་བས་འབྱུངས་པར་གྱུར་  
 ཅེས་བསྐྱུར་གྱང་། འདི་ནི་གསལ་བར་གྱུར་ཅེས་བསྐྱུར་  
 ན་འཐད་པར་རྗེ་པའ་ཆེན་སྒྲ་མས་གྱང་བཞེད་ལ། ས་  
 པའ་གྲིས། ལྷང་གྱུར་བྱ་མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་ཅན། །ཞེས་  
 བསྐྱུར་བ་དང་གནད་གཅིག་ཅིང་། དཔང་རྒྱུ་དུ། རྒྱ་  
 མཆོག་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་པ་དབང་ཕྱུག་གི་མིང་གི་རྣམ་  
 གྲངས་ཡིན་ལ་དེ་གསལ་བར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་འབྱུང་བས།  
 འབྱུངས་པར་གྱུར་ཅེས་བསྐྱུར་བ་མི་ལེགས་སོ། །འོ་ན་  
 རིགས་བརྗོད་པ་ནི་སྤྱི་འོས་གཅིག་བརྗོད་པས་དེས་  
 གང་ལ་བྱབ་པའི་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་མང་པོ་གོ་བ་ཞིག་  
 དགོས་པ་ཡིན་ན། འདིར་མགྲིན་པ་སྤྱོད་བ་སོགས་ཆོས་  
 བཞི་པོ་ནི་དབང་ཕྱུག་ཁོ་ནའི་སྒྲེར་ཆོས་ཁོ་ནར་འགྱུར་  
 གྱི་དེ་འདྲ་བའི་བྱེ་བྲག་མང་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་རིགས་

བརྗོད་པར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཞེན་ཤིན་ཏུ་བདེན་མོད།  
 འོན་ཀྱང་འདིར་བྱུང་གཞི་རྩུབ་ཕྱེ་བྲག་པ་དབང་ཕྱུག་  
 གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཀྱང་། བྱུང་ཆོས་རྣམས་ཆོས་རེ་རེ་ནས་  
 རིགས་སུ་འགྱུར་དཔེར་ན་སྒྲོན་པོའི་རིགས་སམ་མགོན་  
 པ་སྒྲོན་པོ་ཅན་གྱི་རིགས། དེ་བཞིན་དུ་ཐོད་པ་དང་ཐོད་  
 པའི་སྒྲོང་པོར་ཅན་གྱི་རིགས། རྩ་བ་ཕྱེད་ཅོད་པན་དུ་  
 མཛེས་པའི་སྒྲུའི་རིགས། སྦྱུམ་ཞིང་དམར་བའི་རལ་པ་  
 ཅན་གྱི་རིགས་སོགས་ཡོད་པ་ལ་བསམས་ནས་སྒྲོན་གྱི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྩུབ་གྱི་རིགས་བརྗོད་དུ་བཞག་པ་  
 ཡིན་པས་ཀྱང་འགྲེལ་དུ་འང་མགོན་པ་ནག་པོ་ནི་ནག་  
 པོའོ། ཐོད་པ་ནི་སྒྲོང་བའི་སྒྲོད་དོ། རྩ་བ་ནི་རྩ་བ་ཕྱེད་  
 པའོ། སྦྱུམ་པ་ནི་རྩུབ་པོ་མེད་པའོ། དམར་བ་ནི་མངོན་  
 པར་དམར་བ་སྟེ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་  
 འདིར་བྱུང་གཞི་དབང་ཕྱུག་གི་རྩུབ་ཕྱེ་བྲག་པ་ལ་སྦྱར་  
 ཟེན་ནས་ནི། རིགས་བརྗོད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་བྱུང་ཆོས་

དེ་བཞི་ཀ་ཚང་བའི་བྱང་གཞི་ནི་བྱེ་བྲག་གི་རྩ་ས་དབང་  
 རྒྱལ་རིལ་པོ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཙ་བོར་  
 བྱེ་བྲག་ཞན་སེལ་གྱི་སྒོ་ནས་རིགས་སུ་གྱུར་པ་ལ་བསམ་སྟེ་  
 རྩ་ས་ཀྱི་རིགས་བརྗོད་དང་གནས་ལུགས་དྲང་བོར་  
 བརྗོད་པ་ལ་བསམས་ནས་རྩ་ས་ཀྱི་རང་བཞིན་བརྗོད་  
 པའི་རྒྱ་ཞེས་ཐ་སྙད་བྱས་པའོ། །དེས་ན་རིགས་སོགས་  
 བཞིའི་ནང་ནས་རྩ་ས་སུ་གང་གིས་འཛོག་པ་ནི། ལྷའི་བྱེ་  
 བྲག་དབང་རྒྱལ་གི་རྩ་ས་བརྗོད་པའི་བྱང་གཞི་འམ་  
 མཚན་བྱའི་སྟངས་ནས་འཛོག་ཅིང་ཚིག་ལྷག་མས་སྟོན་  
 པའི་ཚིག་སམ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དེ་གསལ་བར་འཆད་  
 པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ལྷ་དབང་རྒྱལ་རྩ་ས་སུ་འགྱུར་བའི་རྒྱ་  
 མཚན་ཡང་རྩལ་རྩ་ས་ལ་སོགས་པ་ཕྱ་བའི་རྩ་ས་ཀྱི་ནམ་  
 བཞག་སྐབས་འདྲིར་མི་དགོས་པས་ལྷའི་རིགས་དུ་མ་  
 ཡོད་པའི་ནང་ནས་དབང་རྒྱལ་ཞེས་པའི་སྟེ་བྱེ་བྲག་པ་  
 ཞིག་སྟོས་པས་རགས་པའི་རྩ་ས་ཙམ་ཡིན། དེ་ཡང་

སྐབས་འདི་ཁོ་ནར་ཡིན་གྱི་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མ་ངེས་ཏེ་  
 ལྷན་རྒྱས་ཞེས་དངོས་པོ་གང་ཞིག་ལ་དངོས་པོའི་བྱང་  
 པར་གཞན་ལྷན་པའི་རྣམ་དབྱེ་བདུན་པ་གནས་གཞིའི་  
 དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཞིག་ལའང་འཆད་པའི་སྐབས་ཡོད་  
 ཅིང་། དེའི་ནང་ཚན་ཁ་དོག་ཡོན་ཏན་དང་ཁ་དོག་  
 ཅན་ས་སོགས་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བས་ལྷ་མ་དཀར་པོ་ལྟ་བུ་  
 གྱི་རྒྱས་སུ་འགྱུར་བའང་ཡོད་པ་ནི་སྐབས་ཐོབ་ཀྱིས་  
 ཤེས་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་རིགས་ལའང་། འདི་དག་  
 ལྟ་ཡི་བུ་མོ་མེན། །དྲི་ཟའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའང་  
 མེན། །ཅེས་པ་ལྟ་བུ་རིགས་རྒྱད་ལ་འཇུག་པའི་རིགས་  
 ཀྱང་སྐབས་གཞན་དུ་མི་འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལས་གཞན་བོད་ཀྱི་འབྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ། དབང་  
 རྒྱལ་ལ་སོགས་རང་མཚན་གཅིག་གིས་བདག་དུ་བཟུང་  
 བའི་རྒྱས་ཐོད་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་འདོད་པ་ལྟར་ན་འོག་

ནས་འབྱུང་བའི་རྣམས་བརྗོད་པ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད།  
 བྱུང་འབྱུང་ནས་གཞོན་ལ་གནས་པས། སོགས་ཀྱང་  
 རྣམས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་དང་། མགོན་སྟོན་སོགས་ལྷ་  
 བོ་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་མིང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་རྣམས་སུ་འདོད་  
 པ་ཡང་མི་འཐད་དེ། རྟོག་གི་སོགས་བྱི་ནང་གི་གཞུང་  
 ལྷགས་གང་ལས་ཀྱང་རྒྱ་མཚན་ཅན་གྱི་མིང་རྣམས་བཤད་  
 པའི་ཁྱད་སྟངས་མེད་པའི་བྱིར་དང་། དེ་ལྟ་ན་རིགས་གྱི་  
 མགོན་པ་ཁ་དོག་གསུམ་འབྲེང་ཅན་ཞེས་པའང་རྣམས་  
 བརྗོད་དུ་ཐལ་ཏེ་ན་ཙམ་མིང་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཡིན་པའི་  
 བྱིར་རོ། །དེ་ཡང་མིང་ཙམ་བརྗོད་པ་ཡིན་ན་ཙམ་པར།  
 དོན་ཙམ་ལ་དང་པོའོ་ཞེས་པས་ནས་དབྱེ་དང་པོ་ཁོ་ན་  
 རྟེན་བར་རིགས་ཀྱང་། རྒྱ་དཔེར། ཀ་ར་སྟེན། ཀ་ལྷ་ལེ་ན།  
 ར་རྒྱ་སྟེན། ཞེས་སོགས་ནས་དབྱེ་གསུམ་པ་སྟུར་བ་ཀ་ལྷ་  
 པར། ལྟན་ཅིག་སྟུར་བ་ལ་གསུམ་པའོ། །ཞེས་དབང་ཕྱུག་  
 གི་ལག་པ་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་པའི་དོན་ལ་གསུམ་པ་

བྱེན་པའི་རྩེས་དངོས་སུ་གསལ་བར་མཐོང་བའི་བྱེན་  
 རོ། །འོ་ན་མཛོད་ལས། ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་སྐལ་མཉམ་  
 དང་། །འདུ་ཤེས་མེད་སྟོམས་འབྱུག་པ་དང་། །སློག་དང་  
 མཚན་ཉིད་རྣམས་དང་ནི། །མིང་གི་ཚོགས་ལ་སོགས་པ་  
 ཡང་། །ཞེས་པས་མིང་གི་ཚོགས་རྣམས་རྩེས་སུ་བཤད་པ་  
 མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན་དེ་ནི་བྲལ་རྩེས་འདུས་མ་བྱས་འཆད་  
 པའི་སྐབས་ཡིན་པས་མིང་དང་། །ལྷན་མིན་འདུ་བྱེད་  
 སོགས་འདུས་མ་བྱས་པའི་བྲལ་རྩེས་སུ་འཆད་པ་ཡིན་  
 གྱི། མིང་དང་ལྷན་པའི་ལྷ་དབང་ཕྱུག་ལྷ་བྱ་བྲལ་བའི་  
 རྩེས་སུ་མི་འགྱུར་ཏེ་དེ་ནི་གཞུང་འདི་ཉིད་ཀྱི་རང་  
 ལུགས་ལྟར་ནའང་། །འདོད་ན་དབང་པོ་མེད་པ་  
 དང་། །སྤྱོད་མེད་ཕྱ་རབ་རྩལ་རྩེས་བརྒྱད། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱའི་  
 རྩལ་རྩེས་བརྒྱད་ལྷན་གྱི་ཚོགས་པའི་རང་བཞིན་དངོས་  
 པོ་ཡིན་པའི་བྱེན་རོ། །དེས་ན་དེ་ལྷ་བྱའི་རིགས་སོགས་  
 བཞི་པོ་ལ་རྣམ་གསལ་གྱི་དཔེར་བཛོད་གསར་དུ་སྦྱར་

ནའང་རིགས་བཅོད་ལ་བྱད་ཆོས་རྣམ་པ་སྣ་ཆོགས་པ་  
 དངོས་སུ་བཅོད་པས་རིགས་སམ་སྡེ་ཆོན་དེའི་སྤྱི་ཕྱོག་  
 གསལ་བར་གོ་བ་དང་། དེ་མ་ཡིན་པ་སེལ་ཞིང་རྣམ་  
 པར་གཅོད་ཀྱས་པའི་རང་བཞིན་དུ་བཅོད་ནས་མཐར་  
 བྱུང་གཞི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་མཆོན་པར་བྱས་པ་གཅིག་  
 དགོས། དེ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་ལའང་བྱ་བའི་གནས་སྤྱོད་ས་  
 སྣ་ཆོགས་པའི་ཆོས་བཅོད་པས་གང་ཡང་རུང་བའི་བྱ་  
 བ་དངོས་བྱད་གཞིར་གྱུར་པ་དེ་གསལ་བར་སྟོན་ཅིང་  
 བྱད་གཞི་བྱད་ཆོས་གཉིས་ཀ་མེད་གིས་དངོས་སུ་སྤྱོད་  
 པ་ཞིག་དགོས། འདི་ལ་ཡང་བྱ་བར་འགྱུར་མི་འགྱུར་  
 བྱད་གཞི་ཁོ་ན་གཙོ་ཆེ་སྟེ་དཔེར་ན། གངས་མེད་གསུམ་  
 དུ་ཆོགས་བསགས་སྤྱོད་པ་སྤྱངས། །དོ་རྩེ་གདན་གྱི་བྱང་  
 རྒྱུ་ཤིང་རྒྱང་དུ། །མདོན་སངས་རྒྱས་རྣམས་གདུལ་བྱ་  
 འདུལ་བའི་བྱར། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་འདིར་ཆོས་ཀྱི་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱོར། །ཅིས་པ་སྣ་བྱ་བྱ་བའི་རིགས་བཅོད་དུ་



འགྱུར་ཞིང་། ཡང་། རྩོད་པའི་དུས་འདིར་བདུད་བརྒྱལ་  
 ནས། །མངོན་པར་སངས་རྒྱས་ཆོས་འཁོར་  
 བསྐྱེད་། །བསྟན་པས་འཛིག་རྟེན་གསལ་མཛད་  
 པའི། །སྟོན་པ་ཤུག་སེལ་ལོ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུར་སྦྱར་ན་རྩིས་  
 བཟོད་ངོ་མར་འགོ་ཞིང་བྱ་བ་བཟོད་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 ལྟ་བུའི་བྱུང་པར་ཤེས་དགོས། ཡོན་ཏན་ལའང་ཡོན་  
 ཏན་ཉིད་གང་ཡིན་པ་ཐོག་མར་ངོས་ཟེན་པར་བྱས་  
 ནས་དེ་ཉིད་ཐོག་བར་མཐའ་གསུམ་གང་ཡང་རུང་བར་  
 བྱུང་གཞིར་བཀོད་ནས་སྟག་མ་བྱུང་ཆོས་རིགས་བཟོད་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་གསལ་བར་འཆད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 དགོས་ཏེ་དཔེར་ན། སྤྱིང་སྟོབས་ཀྱི་ནི་ཡོན་ཏན་  
 འདིས། །སྦྱག་དང་མི་སྦྱག་བར་མ་ཡི། །ཡུལ་ལ་ཆགས་  
 སྤང་ཚྱངས་པའི་སྒྲོས། །སེམས་འདི་གཡོ་ཞིང་ཡང་ཡང་  
 འཇུག། ཅེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་ནི་སེམས་ཡུལ་  
 འཇུག་པའི་རང་བཞིན། ལུན་པ་ཤེས་པ་ཡུལ་ལ་ཁ་མི་



ཕྱི་གས་པར་ཀྱན་དུ་མྱོངས་པ། སྒྲིང་སྒྲིབས་ནི་ཤེས་པ་  
ཡུལ་ལ་གསལ་བར་འཇུག་པ་དང་མྱུར་དུ་འཇུག་པའི་  
རང་བཞིན་ཡིན་པར་བཤད་པས་སོ། །རྫས་ལ་ཡང་བྱུང་  
ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་གཞི་བྱེ་བྱག་པའི་རྫས་དེ་གསལ་  
བར་སྟོན་རྒྱས་པ་ཞིག་སྟུར་དགོས་པ་ཡིན་ལ། སྐད་དོད་  
འཇུག་ཚུལ་ནི་དྲ་བྱ་ཞེས་པ་ནོར་རྫས་ལ་སོགས་པའི་  
རྫས་དང་སྒྲི་འཇུག་པ་གཅིག་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་ཞིང་རྒྱན་དུ་བསྟན་པ་ནི།

རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྫས། །

རང་བཞིན་བརྗོད་པ་འདི་འདྲ་འདི། །

བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལ་རྒྱལ་སྤིང་ཉིད། །

སྟན་ངག་ལ་ཡང་འདི་དག་འདོད། །

བཤད་ཟེན་དེ་མ་ཐག་པའི་རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་  
 རྣམས་བཞིའི་རང་བཞིན་ཏེ་གནས་ལྷགས། བསྟོད་སྦྱང་  
 དང་འབྲུག་པོར་བརྗོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་མ་བསྐྱད་པར་  
 རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དྲང་པོར་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་རང་  
 བཞིན་བརྗོད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བསྟོད་སྦྱང་གི་དོན་དུ་  
 འབྲུག་པོར་བརྗོད་པས་བརྩམས་པ་རྣམས་མ་གཏོགས་  
 པའི་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་འདིའི་རང་བཞིན་  
 དུ་སྦྱར་བ་འབའ་ཞིག་ཡིན་པའི་བྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཆེན་  
 པོའི་དཔལ་གྱིས་མངའ་འབངས་ཡོངས་ལ་བྱུང་བ་  
 བཞིན་དུ་རྒྱུ་འདིས་འབྲུག་པོར་མ་བརྗོད་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་ཀྱིས་ལ་བྱུང་པར་མ་ཟད། འབྲུག་བརྗོད་རྣམས་པ་  
 མང་པོའི་སྦྱར་བས་ཕྱག་པ་སྟན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་  
 ལའང་འདི་ཉིད་འདོད་པས་གཞུང་འདིར་དོན་རྒྱུ་གི་  
 ཐོག་མར་བཀོད་པའོ། །

དོན་རྒྱན་གཉིས་པ། དཔེ་རྒྱན་བཤད་པ།

གཉིས་པ་དཔེའི་རྒྱན་ལ་བཞི། མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན།  
དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད། དཔེའི་ཡོན་ཏན་དང་སྦྱོར་བཤད་  
པ། མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱིའི་རྣམ་གྲངས་བཤད་  
པའོ། །

མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན།

དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི།

ཇི་ལྟ་ཇི་ཞིག་ལྟར་མཚུངས་པར། །

གྱུར་པ་གང་དུ་རྟོགས་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ་དེའི། །

སྦྱོས་པ་འདི་ནི་རབ་བཤད་བྱ། །

ངག་གང་དུ་བཟོད་བྱའི་དོན་གྱི་དཔེར་བྱའམ་དཔེ་ཅན་  
 གྱི་དངོས་པོ་དང་དཔེའི་དངོས་པོ་གཉིས་མཚུངས་པའི་  
 མཚུངས་ཆོས་སྒྲས་བེན་པར་དངོས་སུ་བཟོད་པའམ། མ་  
 བཟོད་ཀྱང་དོན་གྱི་ཤུགས་ལས་ཉོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་  
 བློ་དཔེའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དཔེ་དང་དཔེར་བྱའི་  
 དངོས་པོ་དེ་གཉིས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནས་འདྲ་བ་  
 རྟོག་དཀའ་བས་ཇི་ལྟ་ཇི་ཞིག་ལྟར་ཏེ་ཡོན་ཏན་ལ་  
 སྟགས་པའི་རྣམ་པ་སྟོགས་རེ་བ་གང་ཅི་ཡང་རུང་བས་  
 མཚུངས་པ་སྟེ། འགྱུར་ཁ་ཅིག་ཏུ་གསལ་བར་གང་དུ་  
 ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན་གཟུགས་ཅན་ལ་དཔེ་དོན་ཐ་མི་  
 དད་དུ་འདྲེས་པས་མི་གསལ་བ་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པར་  
 འདིར་ཐ་དད་དུ་མ་འདྲེས་པར་སྒྲུང་བས་གསལ་བ་  
 དང་། དེ་ལྟ་བུ་ཉོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་བློ་དཔེའི་རྒྱན་  
 ཞེས་བྱ། དེའི་ནང་ཚན་གྱི་སྟོན་པ་སུམ་ཅུ་ཅུ་གཉིས་པོ་  
 འདི་དག་རབ་ཏུ་བཤད་པར་བྱའོ། །

## ༡ ཆོས་དཔེ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བཟོད་པ་ལ་སྐྱུ་ཅུ་ཅ་གཉིས་  
ལས། དང་པོ་ཆོས་དཔེ་ནི།

མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་མཐེལ་ནི། །

ཅུ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ཅུང་ཟད་དམར། །

ཞེས་པ་ཆོས་དཔེ་དངོས་སུ་ནི།

མཚུངས་པའི་ཆོས་དག་བསྟན་ཕྱིར་རོ། །

ཀྱི་མཛེས་མ་ཞེས་བོས་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་ལག་མཐེལ་ཤིན་དུ་  
དཀར་ཞིང་དྲངས་ལ་དམར་མདངས་དང་བཅས་པ་  
འདི་ཅུ་སྐྱེས་མེ་ཏྲག་པར་བཞིན་དུ་ཅུང་ཟད་དམར་  
བའི་མདངས་དང་ལྗན་མོ་ཞེས་པའི་དཔེར་བྱའམ། དཔེ་  
ཅན་མཛེས་མའི་ལག་མཐེལ། དཔེ་ཅུ་སྐྱེས་པར། དེ་  
གཉིས་ཆོས་ཅན་ལག་མཐེལ་དང་པར་འདྲ་བ་མ་བཟོད་

པར་གཉིས་ཀའི་མཚུངས་ཆོས་ཐུན་མོང་བ་ཅུང་ཟད་  
 དམར་བ་དངོས་སུ་སྒྲོས་ནས། དེས་དེ་གཉིས་འདྲ་བར་  
 གྲུབ་པ་ནི་ཆོས་ཆོས་ཅན་གྱི་ལྷས་ཕྱེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 དཔེ་དོན་གཉིས་མཚུངས་པ་སྒྲོས་པའི་ཕྱིར་ཆོས་དཔེ་  
 ཞེས་བྱའོ། །འདིའི་གཞུང་ཆོག་སྒྲར་ཀུན་དུ་དམར་ཞེས་  
 བསྐྱར་བ་རྒྱ་དཔེར། ལྷ་དུ་མ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཉེར་བསྐྱར་  
 གྱི་ལྷ་དུ་ཡིན་པར་དགོངས་ནས་བསྐྱར་བ་ཡིན་འདུག་  
 ཀྱང་འདི་ནི་དགག་པའི་ཨ་ཡིན་པར་རྒྱ་འབྲེལ་ནས་  
 བཤད། མཚམས་སྒྱུར་གྱི་དབང་གིས་རིང་པོར་སོང་བ་སྟེ།  
 དེ་ཡང་ཅུང་ཟད་དགག་པ་དམན་པའི་དོན་ཅན་ཡིན་  
 པས་ཅུང་ཟད་དམར་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མས་འབྱུར་  
 བཅོས་གནང་བ་བཞིན་དུ་འདིར་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་  
 ཡང་མི་ལ་སོགས་པ་ཕལ་པའི་གཟུགས་ཀྱི་མཛོས་ཆོས་  
 དང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཚན་དཔེ་ལའང་ཕྱག་  
 མཐེལ་དམར་བར་བཤད་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་

དཀར་ལ་དམར་མདངས་ཅུང་ཟད་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་  
 གྱི། ཉ་ཅང་དམར་བ་ནི་མཐོང་ན་མི་མཐུན་པ་མེད་པའི་  
 མཚན་དཔེ་དང་མཛེས་ཚོས་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་མི་རུང་  
 བའི་ཕྱིར་དོན་དང་འགྱུར་བས་འགྱུར་བྱུང་འདི་ལྟར་  
 ལེགས་སོ། །རིན་མུངས་པས་མཛད་པའི་ས་པའ་རྟོགས་  
 བཟོད་དུ། དེ་ཡི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལྟར་དཀར་  
 ཚེམས། །ཕྱུར་རི་ཀའི་དྲེགས་པ་བསྟོལ་བ་ལ། །མཚན་  
 མའི་བདག་པོར་ཅ་འདྲི་མཁས་པ་ཡི། །འགྲོ་བ་མྱོངས་  
 པའི་ཐུན་འཛུམས་དེ་ལ་དད། །ཅིས་པ་རྒྱན་འདི་ཡིན་  
 ཞེས་ཁོང་རང་གིས་གསུངས་པ་རྟུང་པ་དང་པོ་ཁོ་ན་ལ་  
 དགོངས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་ནི་རབ་བརྟགས་དང་  
 གཟུགས་ཅན་སོགས་དུ་མ་ཞིག་འདྲེས་པར་མཐོང་།

༡ དངོས་དཔེ།

གཉིས་པ་དངོས་པོའི་དཔེ་ནི།

སྤྱི་ཤིང་གཏོང་ནི་པར་བཞིན། །

མིག་དག་ཟུངས་སྤྱི་ཤིང་བཞིན། །

ཞེས་པ་ཆོས་གཅིག་རྟོགས་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་དངོས་པོའི་དཔེ་ཉིད་དེ། །

མཛེས་མ་སྤྱི་ཤིང་གཏོང་པ་ནི་མེ་རྟོག་པར་གཞིན་ཅུ་  
བཞིན་ཅོ། མིག་གཉིས་པོ་འདི་དག་ནི་མེ་རྟོག་ཟུངས་  
སྤྱི་ཤིང་བཞིན་ཅོ་ཞེས་དཔེ་ཅན་གཏོང་དང་དཔེ་པར་  
དཔེ་ཅན་མིག་དང་དཔེ་ཟུངས་ཏེ་པན་ཚུན་མཚུངས་  
ཆོས་དཀར་ཞིང་མཛེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཤུགས་ལས་  
རྟོགས་བྱུང་བཞག་ནས། ཆོས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཉིས་  
མཚུངས་པ་དངོས་སུ་བརྗོད་པས་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་དེ་  
ལྟ་བུ་ནི་དངོས་པོའི་དཔེ་ལོ། རྟོགས་བརྗོད་དཔག་  
བསམ་འབྲི་ཤིང་དུ། དེ་ནས་རི་དྲགས་མིག་ཡངས་ངོ་ཆ་



ཡིས། །དུད་པས་སྒྲུ་མཐར་རྒྱད་མངས་པང་པ་  
ནས། །དལ་གྱིས་པབ་པས་རིག་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་  
བྱས། །མདའ་བཞག་འདོད་པ་དག་དང་མཚུངས་པ་  
མཐོང་། །ཞེས་པའང་རྒྱན་འདི་ཉིད་དོ། །

༣ ལྷག་པའི་དཔེ།

གསུམ་པ་ལྷག་པའི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་བཞིན་པར་ནི། །

རྣམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅས་པ། །

དེ་ནི་གཤམ་པ་ལྷག་པའི་ཕྱིར། །

ལྷག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད། །

ལྷས་སྤྲ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་བཞིན་དུ་པར་འདི་དག་ནི་  
མཛེས་པ་རྣམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཏེ་ཅས་པའི་རྒྱན་དེ་

ནི་འཇིག་རྟེན་ན་དཔེས་དོན་འཇལ་བར་གྲགས་པའི་  
གྲགས་པ་ལས་བསྒྲིག་ནས་གདོང་དཔེ་ཅན་གྱིས་དཔེ་  
པར་གཞལ་བའི་བྱེད་བསྒྲིག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་  
འདོད་དོ། །འདིར་ཡང་བཟོད་ཚུལ་ཙམ་ལ་དཔེ་དོན་གོ་  
ཚྭ་པ་ཡིན་གྱི་བཟོད་འདོད་དངོས་གདོང་པའི་མཛེས་  
པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པས་དོན་གྱིས་ན་གྲགས་པ་བསྒྲིག་  
པའང་མ་ཡིན་ནོ། །

༥ བན་ཚུན་དཔེ།

བཞི་པ་བན་ཚུན་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་གྱི་གདོང་བཞིན་ཅུ་སྐྱེས་ཏེ། །

ཅུ་སྐྱེས་བཞིན་དུ་ཁྱོད་གྱི་ཞལ། །

ཞེས་པ་བན་ཚུན་ཁྱོད་འཕགས་ནི། །

བཟོད་པར་བྱེད་འདི་བན་ཚུན་དཔེ། །

གཞིན་རྒྱ་མ་ཁྱོད་གྱི་ཞལ་བཞིན་དུ་ཟུ་སྐྱེས་མེ་ཏྲོག་པར་  
 འདི་དག་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དཔལ་མཛད་སྤྱི་གསལ་བར་  
 གྱུར་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་པར་འདི་བཞིན་དུ་བཞིན་བཟང་མ་  
 ཁྱོད་གྱི་ཞལ་རབ་དུ་མཛེས་སོ་ཞེས་དཔེ་དཔེ་ཅན་  
 གཉིས་ཀ་མཛེས་ཆོས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་བཟློད་པར་  
 འདོད་པས་དཔེ་དོན་གཉིས་པན་ཚུན་དཔེ་སྤངས་རེས་  
 སུ་བཀོད་པ་འདི་ནི་པན་ཚུན་གྱི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཏྲོགས་  
 བཟློད་རིན་པོ་ཆེར། གང་དུ་ཟུ་སྐྱེས་བཞིན་རས་  
 དང་། བྱང་བ་ལན་བུས་མཚུངས་གྱུར་པ། ལྟ་ཡི་བྱ་མོས་  
 པད་ཚྭ་དང་། པར་འདི་ཤིང་གིས་ལྟ་མོའོ། ཞེས་པའི་  
 ཀླང་པ་བྱི་མ་གཉིས་ལྟ་བུའོ། །

༥ དེས་པའི་དཔེ།

ལྟ་པ་དེས་པའི་དཔེ་ནི།

ཁྱོད་ཞལ་པར་ཉིད་དང་མཚུངས། །

གཞན་ནི་འགའ་ཞིག་དང་ཡང་མིན། །

ཞེས་པ་མཚུངས་པ་གཞན་བསྒྲག་ཕྱིར། །

འདི་ནི་ངེས་པ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ། །

ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་འདི་ནི་པར་རྒྱ་རྩམ་པར་རྒྱས་པ་ཁོ་ན་ཉིད་  
དང་མཚུངས་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་དཔེ་ནི་འཇིག་  
རྟེན་འདིར་འགའ་ཞིག་སྟེ་འགའ་དང་ཡང་མཚུངས་པ་  
མ་ཡིན་མོ་ཞེས་དཔེ་པར་གཅིག་ཁོ་ནར་ངེས་པ་བརྗོད་  
པས་ན་ངེས་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

༤ ངེས་མེད་ཀྱི་དཔེ།

དྲུག་པ་ངེས་མེད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

རེ་ཞིག་ཁྱོད་གདོང་པར་ཡི། །

རྗེས་འགོ་གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་བ། །

གལ་ཏེ་ཡོད་ན་དེ་བྱེད་འགྱུར། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་ངེས་མེད་དཔེ། །

རེ་ཞིག་སྟེ་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་སྟོང་གི་གདོང་ནི་པར་དཀར་  
པོ་རྒྱས་པའི་རྩིས་སུ་འགྲོ་ལ་དེ་ནས་སྲིད་པ་འདི་ན་  
གཞན་ཡང་དེ་འདྲ་བའི་མཛེས་པ་ཅན་འགའ་གལ་ཏེ་  
ཡོད་སྲིད་ན་སྟོང་གདོང་དེའི་རྩིས་སུ་ཡང་འགྲོ་བ་སྟེ་  
སྟོང་གི་གདོང་གི་དཔེ་བྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དཔེ་  
པར་ཉུ་བུ་གཅིག་ཁོ་ནར་མ་ངེས་པར་བརྗོད་པས་ངེས་  
མེད་གི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

ཧ བསྐྱས་པའི་དཔེ།

བདུན་པ་བསྐྱས་པའི་དཔེ་ནི།

སྟོང་གདོང་མཛེས་པ་ཁོ་ན་ཡིས། །

སྒྲ་བའི་རྩིས་སུ་འགྲོ་མེན་ཏེ། །

དགའ་བསྐྱེད་ལས་ཀྱིས་ཀྱང་ཞེས་པ། །

འདི་འདྲ་བསྐྱེས་པའི་དཔེ་ཡང་ཡོད། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་མཛེས་སྤྱག་དང་ལྡན་པ་ཁོ་ནས་ཟླ་བའི་  
རྗེས་སུ་འགོ་བ་སྟེ་མཚུངས་པ་མེན་ཀྱང་མཐོང་བ་ཙམ་  
ཀྱིས་གཞན་གྱི་ཡིད་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་ལས་  
ཀྱིས་ཀྱང་ཟླ་བའི་རྗེས་སུ་འགོ་ཞིང་མཚུངས་སོ། །ཞེས་པ་  
འདི་འདྲ་ནི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་བྱ་བ་གཅིག་ལ་མཛེས་པ་  
ཡོན་ཏན་དང་བྱེད་ལས་དགའ་བ་བསྐྱེད་པ་གཉིས་  
བསྐྱེས་ནས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་བསྐྱེས་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
སྤར་བཤད་ཟེན་པ་དང་ཕྱིས་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་  
དཔེ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བཟུང་སྒྱུར་ཚུལ་འདི་འདྲ་བ་ཡང་  
ཡོད་དོ་ཞེས་པའམ། ཡང་ན་བསྐྱེས་པའི་དཔེ་འདི་འདྲ་  
ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། འདི་ནི་སྤུམ་ཅུ་པར། ལྷ་ལི་  
ཕྱིས་ནས་གཉིས་པ་སྤྱར། ཁྱོད་ཀྱི་གཉིས་དང་སྤྱད་

པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གྲུང་ཡིག་གིས་  
མཚུངས་སྒྲ་བསྒྲས་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

༥ སྤུལ་བྱུང་གི་དཔེ།

བརྒྱད་པ་སྤུལ་བྱུང་གི་དཔེ་ནི།

སྤྱོད་ཀྱི་ཞལ་ནི་སྤྱོད་ཉིད་ལ། །

མཐོང་གི་སྒྲ་བ་མཁའ་ལ་མཐོང་། །

འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཐ་དད་ཏེ། །

གཞན་མེད་ཅེས་འདི་སྤུལ་བྱུང་དཔེ། །

སྤྱོད་ཀྱི་ཞལ་ཏེ་བཞིན་རས་ནི་སྤྱོད་ཉིད་ཀྱི་ལྷས་ཁོ་ན་  
ལ་མཐོང་གི་ནམ་མཁའ་ལ་མ་མཐོང་། སྒྲ་བ་ཉ་གང་བ་  
འདི་ནི་ནམ་མཁའ་ལ་མཐོང་སྟེ་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷས་ལ་མ་  
མཐོང་། དེས་ན་མཐོང་ཡུལ་གྱི་རྟེན་ཐ་དད་ཅེས་ཁོ་ན་

མ་གཏོགས་གདོང་པ་དང་ཟླ་བ་གཉིས་རྣམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་ནས་མཚུངས་པར་གྱུར་པས་ཐ་དད་པའི་ཆོས་  
 གཞན་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་ཆོས་ཐ་དད་དུ་མ་ཡོད་  
 ཀྱང་མེད་ཅེས་སྤུལ་བྱུང་གིས་བརྗོད་པ་དཔེ་དང་སྟན་  
 ཅིག་དུ་བྱས་པའི་སྤྱིར་སྤུལ་བྱུང་གི་དཔེ་ཞེས་  
 བཤོམ། །འགྱུར་འགའ་ཞིག་དུ་འདི་ལ་བྱད་པར་གྱི་དཔེ་  
 ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན་གདོང་དང་ཟླ་བ་གཉིས་མཐོང་  
 དུ་ལ་གྱི་རྟེན་ལྷས་དང་ནམ་མཁའི་བྱད་པར་ལས་གཞན་  
 མེད་པར་བརྗོད་པས་བྱད་པར་གྱི་དཔེ་ཞེས་འགྲེལ་  
 དགོས་ཀྱང་། རྒྱ་དཔེའི་སྐད་དོད་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་  
 འཆད་ཚུལ་གཉིས་ཀ་མཐུན་པས་སྤུལ་བྱུང་གི་དཔེ་ཞེས་  
 པ་ཉིད་ལེགས་སོ། །

༥ རབ་བཏགས་གྱི་དཔེ།

དགྲ་པ་རབ་བཏགས་གྱི་དཔེ་ནི།



དེ་ཡི་བཞིན་དཔལ་ང་ཉིད་ལ། །

ཡོད་ཅེས་ཟླ་བ་སྟེམས་མི་དགོས། །

པརྩ་ལ་ཡང་དེ་ཡོད་ཕྱིར། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་རབ་བརྟགས་དཔེ། །

མཛེས་མ་དེའི་བཞིན་རས་ཀྱི་དཔལ་མཐའ་དག་ང་ཉིད་  
ཁོ་ན་ལ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དག་ལ་མེད་དོ་ཞེས་ཟླ་བ་བྱོད་  
དེ་ཅུ་དུ་སྟེམས་པ་འཆང་བའི་ང་རྒྱལ་བྱ་མི་དགོས་ཏེ།  
པརྩ་གཞོན་ནུ་འདི་ལ་ཡང་དཀར་བ་དང་མཛེས་པ་ལ་  
སོགས་པ་གཞོད་པའི་དཔལ་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཟླ་  
བ་བེམ་པའི་དངོས་པོ་ལ་དེ་འདྲ་བའི་རྣམ་རྟོག་ག་ལ་  
ཡོད་ཀྱང་ཡོད་པ་ལྟར་དུ་སྟོབྱ་བརྟགས་པ་ནི་རབ་  
བརྟགས་ཏེ་དེ་དང་དཔེའི་རྒྱན་དག་ལྟན་ཅིག་དུ་བྱས་  
པ་ནི་རབ་བརྟགས་ཀྱི་དཔེའོ

༡༠ མཐུང་བྱུང་གི་དཔེ།

བརྩུ་པ་མཐུང་བྱུང་གི་དཔེ་ནི།

གལ་ཏེ་པར་ལྷན་འགའ་ཞིག་ལ།

སྒྲིལ་ལེགས་རྣམས་འཕྲུལ་མེག་ཕྱན་ན།

ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་གྱི་དཔལ་འཛིན་ཏེ།

ཞེས་པ་འདི་ནི་མཐུང་བྱུང་དཔེ།

གལ་ཏེ་ཞེས་བརྟག་པ་མཐུང་བྱུང་ནས་མེ་ཏོག་པར་ལྷན་  
འགའ་ཞིག་ལ་སྒྲིལ་ལེགས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མེག་གནག་ཅིང་  
རྣམས་པར་འཕྲུལ་པ་འདི་ཕྱན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ཀྱི་  
མཛེས་པའི་དཔལ་འདི་ལྟ་བུ་འཛིན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་  
གདོང་པའི་མཛེས་པ་མཐུང་བྱུང་བ་མེ་ཏོག་པར་ལྷན་  
མཛེས་པས་ཀྱང་བསྐྱུན་དུ་མེད་པར་བཟོད་པས་མཐུང་  
བྱུང་གི་དཔེ་སྟེ། རྩི་ཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོ་སྟོ་བཟང་གྲགས་

པའི་དཔལ་གྱིས་སྟོ་མོ་དབྱངས་ཅན་མ་ལ་བསྟོད་པར།  
རབ་བརྗེད་ཏི་མེའི་གངས་གྱིས་སྟོ་ཡི་ལམ། །རབ་མཛེས་  
ཐོར་ཅོག་སྟོན་པོར་བཀོད་བྱས་ནས། །རབ་སྟོན་རྒྱུད་  
མངས་སྟོགས་ལ་སྟོ་བྱེད་ན། །རབ་དཀར་སྟོ་མོ་བྱོད་དང་  
མཚུངས་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟོ་བུའོ། །

། ༡༡ མྱོངས་པའི་དཔེ།

བརྩ་གཅིག་པ་མྱོངས་པའི་དཔེ་ནི།

ལྷས་ཕྱ་བྱོད་གདོང་རི་བོང་ཅན། །

ཞེས་བརྟགས་བྱོད་གདོང་བསམ་པ་ཡིས། །

ཟླ་བ་ཡི་ཡང་རྗེས་སུ་བསྟེགས། །

ཞེས་འདི་མྱོངས་པའི་དཔེ་རུ་བཤད། །

གྲེ་ལྷས་ཕྱ་མ་ཞེས་དགའ་མ་ལ་བོས་ནས་ཁྱོད་གྲེ་གཞོང་  
 པ་འདི་ནི་རི་བོང་ཅན་ཏེ་ལྷ་བ་ཡིན་ལོ་སྙམ་དུ་བདག་  
 གིས་འབྲུལ་ནས་བརྟགས་པ་སྟེ་བསམ་ལ། ཡང་ན་མ་  
 མཁའ་ལྷ་བ་མཐོང་བའི་སྐབས་སུ་ཁྱོད་གྲེ་གཞོང་པ་  
 ཡིན་ལོ་སྙམ་དུ་བསམ་ནས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོས་  
 དེའི་རྗེས་སུ་བརྟགས་ནས་ཕྱིན་ལོ་ཞེས་དཔེ་ཅན་མཐོང་  
 བས་དཔེ་རུ་འབྲུལ། དཔེ་མཐོང་བས་དཔེ་ཅན་དུ་  
 འབྲུལ་ནས་གཉེས་པོ་མཚུངས་ཆེས་པས་སོ་སོར་དབྱེ་བ་  
 མ་ཕྱིད་པར་མྱོངས་པ་སྐད་དུ་བརྗོད་པས་དཔེ་དོན་  
 གཉེས་མཚུངས་པར་སྐྱབ་པའི་རྒྱན་འདི་ནི་མྱོངས་པའི་  
 དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་བཀྲལ་བའི་སྐབས་སུ་ཁ་ཅིག་གི་  
 ཕན་ཚུན་དཔེ་དང་དབྱེ་བ་མེད་པར་འགྱུར་རོ་སྙམ་དུ་  
 བསམ་པ་བྱུང་འདུག་མོད་ཀྱང་། ཕན་ཚུན་དཔེ་ནི་དཔེ་  
 དང་དཔེ་ཅན་བརྗེ་ལེན་གྱི་ཚུལ་དུ་དཔེར་འགོད་རེས་  
 བྱས་ནས་མཚུངས་པ་བརྗོད་པ་དང་འདིར་དཔེ་དཔེ་

ཅན་གཉིས་པོ་སོ་སོར་དབྱེ་བ་མ་བྱེད་པར་སྒྲིངས་པ་  
 སྐད་དུ་བརྗོད་པའི་བྱེད་པར་ཆེས་ཆེ་བ་མ་གོ་བར་ཟད་  
 ལ། ཡང་གཞི་ཟླ་བའི་ཡུལ་གཅིག་ལ་འདི་ཟླ་བ་ཡིན་ནམ་  
 གདོང་བ་ཡིན་ཞེས་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་པས་ཟླ་བ་ཡིན་  
 ཀྱང་སྒྲིངས་པའི་སྟོན་གདོང་དུ་འབྱུང་ནས་ཟླ་བའི་རྗེས་  
 སུ་བསྟེགས་ཞེས་བཀའ་བ་ལྟར་ནའང་། གཞུང་ཆོག་ཡི་  
 ཡང་ཞེས་པའི་ཡང་སྐྱ་དགོས་མེད་དུ་འགྱུར་ཞིང་རྒྱ་  
 འབྲེལ་ནས་ཀྱང་མ་བཤད་པས་མི་ལེགས། དཔེ་ལ་ལར་  
 ཟླ་བ་འདི་ཡང་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི་ཡིག་ཞོར་རྒྱན་  
 འབྱམས་པ་ཙམ་དུ་མངོན་ལ། རྒྱ་དཔེའི་རྣམ་དབྱེ་དང་  
 བསྟན་ན་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་བྱིན་པའི་རྗེས་འདུག་པས།  
 ཟླ་བ་འདི་ལ་ཡང་རྗེས་སུ་བསྟེགས། ཅེས་འབྱུང་ཡང་  
 བོད་སྐད་ལ་མ་བདེ་ན་ཡི་ཡང་ཞེས་པ་འཐད། བརྟགས་  
 ཅེས་པ་ནི་རྒྱ་དཔེར། ལྷོ་ལྷོ་ཞེས་འབྱུང་བ་བསམ་པའི་  
 དོན་ཏེ། བོད་ཡིག་གི་བརྒྱུ་ལའང་བས་འཕུལ་ར་མགོ་

ཅན་འདས་ཆོག་ཡིན་པས་ས་མཐའ་དང་བཅས་  
 པའོ། །འདི་བོད་མཁས་པས་བཏང་སྟོམས་ལ་འཇུག་  
 གསུངས་ཀྱང་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་སྐད་དོད་ཟུ་པེ་ཁྲ་ཡིན་  
 པ་དེ་ལྟར་བྲིས་པའི་དཔེ་མ་དག་པ་ཞིག་གཟུགས་ནས་  
 གསུངས་པ་ཅམ་དུ་བྲད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཞན་ཅི་ཡང་  
 མེད་དོ། །དེས་ན་བོད་སྐད་ལ་དཔེར་བརྗོད་ཚུལ་པ་  
 རྒྱུ་མཁས་པ་བྱུར་མཁར་བས། བྱང་བའི་མགོན་ལྷན་  
 མཇེའ་མོ་ཡི། ལྷ་རུ་བསམ་ནས་ནགས་སུ་བྱེན། ལྷ་ར་  
 ཡང་མཇེའ་མོའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ནི། ལྷ་ར་པ་རྒྱལ་པའི་སྐད་དུ་  
 གོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ཏེ་གཞུང་གི་  
 དགོངས་པའོ། །

༡༢ ཐེ་ཆོམ་གྱི་དཔེ།

བཙུ་གཉིས་པ་ཐེ་ཆོམ་གྱི་དཔེ་ནི།

པད་ནང་བྱང་བ་འཁོར་རམ་ཅི། །

སྟོང་གཏོང་ལ་མིག་གཡོའམ་ཅི། །

བདག་གི་སེམས་འདི་རྣམ་པར་གཡོ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་དཔེ། །

འདི་ན་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཅན་ཁ་དོག་དང་  
དབྱིབས་ཀྱི་མཛེས་པ་མད་དུ་བྱང་བའི་གཞི་བྱང་པར་  
ཅན་ཞིག་གི་ངོས་ལ་མཐོན་མཐིང་རྣམ་པར་འཕྱལ་བའི་  
དངོས་པོ་ཡིད་འཕྲོག་པ་ཞིག་འདུག་པ་འདི་མེ་ཏྲ་ག་  
པསྒྲའི་ནང་དུ་བྱང་བ་བྱང་ཞིག་འཁོར་བ་ཡིན་ནམ།  
མཛེས་མ་སྟོང་ཀྱི་གཏོང་ལ་གནག་ཅིང་རྣམ་པར་འཕྱལ་  
བའི་མིག་གཉིས་གཡོ་བ་ཡིན་ནམ་ཅི་ཞིག་སྒྲམ་དུ་  
བདག་གི་སེམས་ནི་སོམ་ཉིའི་དབང་གིས་རྣམ་པར་གཡོ་  
བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དཔེ་དོན་གཉིས་  
མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱས་པ་འདི་ནི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་དཔེ་  
ཞེས་བྱའོ། །འདི་ཉིད་རབ་དུ་སྐྱར་བའང་ཚོས་ཀྱི་ཕྱེས་

མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཚམས་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལས། ཏྲག་ཏུ་ཞི་  
མ་བྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་མཚན་མ་བྱུང་ནི་ཐེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་མི་  
ནམས་ཀྱིས། །རྒྱུངས་ནས་མཐོང་བས་ལྷ་རྩེས་ཆུ་སྐྱེས་  
དམར་པོའི་འབྲས་བུ་ལ་བཀོད་ཉེ་མའི་དགྱེལ་འཁོར་  
ནི། །གསལ་བར་ཀུན་ཏུ་དམར་བའི་ཆུ་འཛིན་ཚོགས་  
ཀྱིས་དགྱིས་སམ་བུམ་བརྒྱ་སྐྱེས་ཀྱི་ཞུན་མའམ། །འདི་ནི་  
ཅི་ཞེས་སེམས་པར་བྱེད་ཅིང་མགོན་པོའི་ཞབས་ནི་  
བསྟེན་པར་བྱ་བ་ཀུན་ཏུ་བསྟེན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༡༩ གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་དཔེ།

བརྩ་གསུམ་པ་གཏན་ལ་ཕེབས་པའི་དཔེ་ནི།

ཟླ་བ་སྐྱེངས་བྱེད་མཛེས་པ་འདི། །

ཟླ་བས་ཚར་གཙོད་པར་མིན། །



དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཉིད་དོ།

ཞེས་པ་འདི་ནི་ངེས་པའི་དཔེ།

ཅི་འདི་ན་དཀར་ལ་དམར་བའི་མདངས་ཅན་མཛེས་  
པའི་ཕུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཞིག་འདུག་པ་འདི་མེ་ཏོག་པར་  
གཞོན་ཅུ་ཡིན་ནམ་སྙེང་སྒྲུག་མཛེས་མའི་གདོང་པ་ཡིན་  
སྟམ་ཐེ་ཆོམ་སྦྱེས་པ་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་པས་མེ་  
ཏོག་པར་ནི་ཟླ་འོད་ཀྱིས་བུམ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཟླ་  
བས་ཚར་གཅོད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཟླ་བས་ཚར་གཅོད་  
མི་རྒྱས་པར་མ་བཟང་ཟླ་བ་ཉིད་མཛེས་པ་ཕམ་པས་  
སྦྱངས་པར་བྱེད་རྒྱས་པ་མཐོང་བས་རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར།  
པར་མ་ཡིན་པ་དང་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་ཉིད་ཡིན་པར་  
ངེས་པ་རྟེན་དོ་ཞེས་རྒྱ་མཚན་གཏན་ཆོག་ས་བཀོད་ནས་  
གདོང་པ་ཡིན་པར་ངེས་པའི་ཕྱིར་ངེས་པའི་དཔེ་ཞེས་  
བྱ། གཞན་ཡང་འདི་ལ་གཏན་ཕེབས་ཀྱི་དཔེ་དང་

རྟོགས་པའི་དཔེ་དང་། རྟོ་འདྲིགས་ཆོད་པའི་དཔེ་དང་།  
ཐེ་ཆོམ་གཙོད་པའི་དཔེ་སོགས་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་  
གཞན་དུ་བརྗོད་པའང་ཡོད་པ་དོན་མི་འགལ་མོད།  
འོན་ཀྱང་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་ལེགས་སོ།།

༡༤ སྦྱར་བའི་དཔེ།

བརྩ་བཞི་པ་སྦྱར་བའི་དཔེ་ནི།

བསེལ་ཟེར་ཅན་གྱི་དག་ལྷ་དང་། །

དཔལ་དང་ལྷན་དང་དྲི་བཟང་གིས། །

ཁྱོད་གྱི་གདོང་ནི་ཆུ་སྦྱེས་བཞིན། །

ཞེས་པ་སྦྱར་བའི་དཔེ་རུ་བཤད། །

མཛེས་པའི་གདོང་དང་ལྷ་བ་མཛེས་ལུལ་སྦྱ་ཆེ་ལ་ཚྱོད་

ཅིང་འགྲན་ལྷར་བྱས་པས་དག་ལྷ་འཕམ་འགྲན་ལྷ་དང་།

པར་མེ་ལྷ་བས་ཚར་གཅོད་ཅིང་བུམ་པར་བྱེད་པས་དག་  
ལྷ་ཉེ་སྤྱ་སྤྱར་བའོ། །གདོང་པ་ལ་མཛེས་པའི་དཔལ་ཡོད་  
པ་དང་། པར་ལས་བྱུང་འཕྲུག་གི་ཆུང་མ་དཔལ་མོ་བྱང་  
བས་སྤྱ་སྤྱར་བའམ། ཡང་ན་གཉིས་ཀ་མཛེས་པའི་  
དཔལ་དང་ལྷན་པས་དོན་སྤྱར། བྱང་མེད་མཛེས་མའི་  
གདོང་པ་ལ་ཁའི་དབྱགས་ཀྱི་དྲི་ཞིམ་ཡོད་པ་དང་པར་  
དྲི་བསྐྱང་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པ་དོན་སྤྱར། དེས་ན་སྤྱར་  
བ་གསུམ་པོ་དེ་ནམས་ཀྱི་སྒོ་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་ནི་ཆུ་  
སྐྱེས་པར་བཞིན་ཅོ་ཞེས་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱ་  
སྤྱར་བའི་དཔེའོ། །འདི་རབ་གསལ་གྱི་རྟོགས་པ་བཟོད་  
པར། སྤྱིན་མང་གཏུང་བ་མེད་པ་དང་། །སྟོབས་དང་སྟོ་  
ལྷན་བཟོད་པར་ལྷན། །དག་འཛེམས་ལེགས་པར་འགོ་བ་  
ཉེ། །རྒྱལ་པོ་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་བྱར། །ཞེས་འབྱུང་  
བ་ལྟར་རོ། །

༡༥ མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ།

བཅོ་ལྔ་པ་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

མཚུངས་པའི་སྒྲ་ཡི་བཟོད་བྱའི་ཕྱིར། །

མཉམ་ཉིད་དཔེ་དེ་ཇི་ལྟར་ན། །

སྒྱེད་ཆལ་ཕྱང་འདི་བྱ་མོ་བཞིན། །

མཛེས་ལྡན་སྒྲ་ལ་ཀླ་ན་ན། །

དོན་གྱི་ཆོས་མཚུངས་སྒྲ་དོན་སྦྱར་བའི་སྦྱར་དཔེ་དེར་  
མ་ཟད་བཟོད་བྱ་དོན་གྱི་མཚུངས་ཆོས་མེད་ཀྱང་སྒྲ་  
མཚུངས་པའི་ཆོས་མཆམས་སྦྱར་བེན་ནས་བསྟགས་པའི་  
ཆོ་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་པོ་ཆོག་ཏུ་བྱུང་བའི་  
སྒྲ་མཚུངས་པས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་འབྲེས་པར་འགྱུར་བ་  
ལ་བྱས་ཏེ་དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་སྦྱབ་པ་ནི་མཉམ་  
ཉིད་ཀྱི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཇི་ལྟར་ན་ཞེས་དཔེར་བཟོད་

ལ་མཆམས་སྐྱར་ནས་དཔེར་བརྗོད་པ་དངོས་ནི། དགའ་  
 ཚལ་ལམ་སྐྱེད་མོས་ཚལ་ཤིང་སྤྱ་ལའི་ནགས་ཀྱི་མཛེས་  
 པ་དང་ལྷན་པ་འདི་ནི་བྱ་མོ་གཞོན་ནུ་ལང་ཚོ་མ་  
 བཞིན་ཏེ། ཚོས་གང་གིས་མཚུངས་ན་སྤྱ་ལ་ཀླ་ན་ན་ཞེས་  
 སྐྱ་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པས་སོ། །འོ་ན་དེ་ལ་དོན་  
 ཀྱི་མཚུངས་ཚོས་ཅི་ཡང་མེད་དམ་ཞེ་ན་མེད་དེ། དེ་  
 ཡང་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་པོ་མཆམས་སྐྱར་ཡོད་པ་དང་  
 མེད་པའི་དབང་གིས་ཐ་དད་དུ་ཕྱལ་ནས་བཤད་ན་  
 དོན་གྱི་ཁྱད་པར་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པ་ནི། སྐྱེད་ཚལ་གྱི་  
 སྐབས་སུ་སྤྱ་ལ་སྤོས་དཀར་གྱི་ཤིང་དང་། ཀླ་ན་ན་  
 ནགས་ཏེ། བོད་སྐད་དུ། སྤྱ་ལའི་ནགས་ཀྱི་མཛེས་ལྷན་  
 པ། །ཞེས་དང་། བྱ་མོའི་སྐབས་སུ་ས་བཅས་པ་ཨ་ལ་ཀ་  
 ལན་བྱ། ཨྱ་ན་ན་གདོང་ཡིན་པ་བོད་སྐད། ལན་བྱར་  
 ཅས་པའི་གདོང་མཛེས་ལྷན། ཞེས་སོ། །མཆམས་སྐྱར་  
 བས་སྤྱ་ལ་ཀླ་ན་ན་ཞེས་སྐྱ་མཉམ་ཉིད་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཀ་ལ་མཛེས་པ་དང་  
 ལྷན་པ་ནི་ཞར་ལས་འཕྱོན་པ་ཡིན་གྱི་སྐབས་དོན་མིན།  
 དེ་ལས་གཞན་པའི་དོན་སྦྱོར་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དངོས་  
 སུ་གསལ་བ་འདིར་ཟད། དེས་ན་སྐྱ་སྐྱར་པའི་ཕྱིར་སྐྱར་  
 བ་རིགས་ཡིན་ཀྱང་སྐྱར་ཚུལ་རུང་མི་གཅིག་པས་སྐྱ་  
 མཉམ་ཉིད་དུ་འགྲོ་བ་ལ་དགོངས་ནས་མཉམ་ཉིད་དཔེ་  
 ཞེས་ལོགས་སུ་བསྟན་པ་ཡང་དགོས་དང་བཅས་  
 པའོ། །ཐ་དད་ཆོག་འདྲའི་སྐྱར་བ་དང་ཕྱོགས་འདྲ་ཅམ་  
 ཡོད་རུང་དེ་ལ་གཙོད་མཆམས་ཐ་དད་བྱང་ན་མཆམས་  
 སྐྱར་ལ་མ་སྟོས་ཞིང་གཙོ་བོར་དཔེ་རྒྱན་ཡིན་མིན་གྱིས་  
 དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་སྦྱོར་ཞིང་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་  
 སྐྱ་ཡོད་མེད་གྱིས་ཕྱེ་བས་བྱུང་པར་ཆེའོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་  
 པ་ཡང་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་སྐྱ་མཚུངས་ཤིང་བརྗོད་བྱ་ཐ་དད་

པའི་སྐྱུ་བཟོད་པར་བྱ་བའི་བྱུར་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རོ།

སྐབས་འདིར་བོད་རྒྱུ་པལ་མ་ཆེར་སྐྱ་དོན་གཉིས་ཀ་  
སྐྱར་དགོས་པར་འདོད་ཅིང་དཔེར་བཟོད་སྐྱར་བ་  
ནའང་གཙོད་མཆམས་ཐ་དད་པས་གོ་ལྟག་སོ་སོར་  
འབྱུང་བའི་དབྱེ་བ་མ་བྱས་པས་གོང་དུ་བཤད་ཟེན་དེ་  
མ་ཐག་པ་སྐྱར་བའི་དཔེ་དང་བྱུང་པར་མེད་པ་ཞིག་  
བྱུང་བས། དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་འདོད་ནས་འཇམ་  
དབྱུངས་ཁ་ཆེས་སྤྲ་མར་མཚུངས་ཆོས་སྟོན་ལ་བཟོད་  
ནས་དཔེ་གསལ་བྱེད་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་  
དཔེ་གསལ་བྱེད་སྟོན་ལ་བཟོད་པས་མི་འདྲ་ཞེས་འཆད་  
པ་དང་། རིན་སྐྱུངས་ས་སྟོན་དབང་པོས་སྤྲ་མར་  
མཚུངས་ཆོས་སྟོན་བྱེད་ལ་ཆོག་ཀྱང་གཉིས་ཡོད་པས་  
སྐྱར་བྱུན་དང་། འདིར་དེ་ལྟར་མེད་པས་སྐྱར་བྱུན་མིན་

ཅེས་དང་། ས་སྐྱ་ངག་དབང་ཆོས་གྲགས་པས་དེང་སང་  
 གི་གཞུང་འདི་ལ་གཞུང་ཆོག་གོ་རིམ་ཅུང་ཟད་བསྒྲིག་  
 པ་སྟེན་འགྱུར་མཛད་འཕྲལ་གྱི་དཔེ་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་ཡི་གེ་  
 བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཤམ་གི་སྟོན་རྣམ་བྱགས་འཛོལ་ཅུང་  
 ཟད་བྱུང་བར་སེམས་པས། མཚུངས་པའི་སྐྱ་ཡི་བརྗོད་  
 བྱའི་བྱིར། །མཉམ་ཉིད་དཔེ་དེ་ཇི་ལྟར་ན། །བསེལ་ཟེར་  
 ཅན་གྱི་འགྲན་ཟླ་དང་། །སྐྱེད་ཆལ་ཕྱེད་འདི་བྱ་མོ་  
 བཞིན། །མཛེས་ལྡན་སྤྲུལ་ཀླ་ན་ན། །ཞེས་པ་སྦྱར་བའི་  
 དཔེ་རུ་བཤད། །ཅེས་སྦྱར་ན་འབྲུལ་པ་མེད་ཅིང་རྩ་བ་  
 མཁན་པོའི་དགོངས་པར་འབྱོར་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་  
 སོགས་དོན་མེད་ཀྱི་གསུང་མང་པོ་འབྱོར་དགོས་བྱུང་  
 འདུག་པ་ཆ་ཆེན་སྒྲིལ་གྱིས་འཆད་ཚུལ་གཞུང་དང་ཉེ་  
 ཞིང་བྱུང་པར་རྗེ་བོད་མཁས་པ་ཆེན་པོས་འགྲེལ་པ་  
 དང་དོན་རྒྱན་ལ་དོགས་པ་གཙོད་པའི་འབེལ་གཏམ་དུ་  
 གཞུང་དོན་ཇི་བཞིན་པར་བཤད་མོད། འོན་ཀྱང་



མཚུངས་པའི་སྤྱོད་ཞེས་པ་གཟུགས་མཚུངས་སུ་བསྒྱུར་ན་  
 གོ་བདེ་ཞེས་གསུངས་ཀྱང་འདི་རྒྱ་དཔེར་ས་རྒྱ་པ་ཤུ་  
 ཞེས་འབྱུང་བས་མཚུངས་པའི་སྤྱོད་ཞེས་འབྱུར་རང་སོར་  
 བཞག་པ་ལེགས་ཤིང་། དཔེར་བརྗོད་ལའང་མཚམས་  
 སྒྱུར་གྱི་ངེས་པ་བོད་གྱི་བརྟེན་ལ་མ་གྲགས་པས་མི་དགོས་  
 ཀྱང་འདོན་པ་པོས་གཙོད་མཚམས་ཐ་དད་དུ་བསྐྱག་  
 ཚུལ་གྱིས་དཔེ་དཔེ་ཅན་སོ་སོར་སྟོན་པ་ཞིག་དགོས་ཏེ་  
 དཔེར་ན། བུད་མེད་འདི་དག་གྲུབ་མཐའ་ལ། འབྲུགས་  
 པའི་སྤྱོད་བོ་སྐལ་བཟང་བཞིན། བུད་བའི་དོན་བཅོམ་  
 འབྲས་བུ་འབྱིན། རང་ཚུལ་བག་མེད་འཆོལ་མ་  
 ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་འདི་ལ་སྤྱོད་བོ་སྐལ་བཟང་དཔེ།  
 བུད་མེད་དཔེ་ཅན། དེ་གཉིས་སྤྱོད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་  
 འདྲེས་པ་མཚུངས་ཆོས་ཀྱི་དོད་དེ་སྤྱོད་སྒྱུར། གཙོད་  
 མཚམས་ཐ་དད་པས་སོ་སོར་བྱེ་ན། གྲུབ་མཐའ་སྤྱོད་བྱེ་  
 རང་གང་རུང་གི་བསྟན་པ་ལ་འབྲུགས་ནས་གནས་སྐབས་

མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བའི་དོན་ལ་བརྩོན་པས་ལས་འབྲས་  
 གྱི་ཆོས་ལ་སྤང་སྤངས་ཚུལ་བཞིན་དུ་སྦྱང་པའི་རྒྱས་  
 མངོན་མཐོ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུ་འབྱེན་ཅིང་། རང་  
 གི་ངང་ཚུལ་ཡང་། བག་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་བག་མེད་  
 འཆོལ་བའི་སྦྱང་པར་ནམ་ཡང་འཇུག་པ་མ་ཡིན་ཅེས་  
 པའི་དོན་དང་། དེའི་ཆོ་སྒྲོག་པ་པོས་གཙོད་མཆམས་  
 ཀྱང་འཆོལ། མ་ཡིན་ཅེས་པ་དང་། བྱོགས་གཅིག་བྱང་  
 མེད་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་འབྲིག་བདེ་ཁོ་ན་དོན་དུ་  
 གཉེར་ཞིང་བརྩོན་པས་བྱ་དང་བྱ་མོ་ལ་སོགས་པའི་  
 འབྲས་བུ་འབྱེན་ཅིང་དེས་ན་རང་གི་ངང་ཚུལ་ཀྱང་  
 བག་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འདོན་པ་པོས་  
 བསྐྱུག་ཚུལ་གྱི་གཙོད་མཆམས་ཡང་འཆོལ་མ་ཡིན་ཞེས་  
 རྒྱལ་དགོས། དེས་ན་སྤྱོད་ཁོ་ན་མཉམ་པ་ཉིད་ལ་དོན་གྱི་  
 བྱང་པར་ཤིན་དུ་ཐ་དད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་སྦྱོར་དགོས་  
 པར་བཞེད་དོ། །

༡༩ སྦང་པའི་དཔེ།

བཅུ་དྲུག་པ་སྦང་པའི་དཔེ་ནི།

པར་རྩལ་མང་ཟླ་བ་འཛད། །

དེ་དག་ལས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན། །

མཚུངས་པ་ལ་ཡང་ཁྱད་པར་བཅས། །

ཞེས་པ་སྦང་པའི་དཔེ་རྩ་འདོད། །

པར་གོ་སར་ཀྱི་རྩལ་མང་ཞིང་ཟླ་བ་ནག་ཕྱོགས་ལ་ཆ་བྱི་

བས་དེ་དག་ལས་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་འདི་མཛེས་པ་ལ་

སོགས་པས་མཚུངས་པ་ལ་རྩལ་ཀྱི་སྒྲ་སྒྲིན་ལ་འཇུག་

པས་དེ་མེད་པ་དང་མི་ཟད་པས་ན་ཁྱད་པར་དུ་

འཕགས་པ་དང་བཅས་སོ་ཞེས་སྦང་པར་བྱས་པའི་པར་

ཟླ་བ་དག་དཔེར་བཀོད་པས་ན་སྦང་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་

བར་འདོད་དོ། །

༡༧ བསྐྱུགས་པའི་དཔེ།

བརྩ་བདུན་པ་བསྐྱུགས་པའི་དཔེ་ནི།

པརྩས་ཚངས་པ་དག་ཀྱང་བསྐྱེད། །

ཟླ་བ་བདེ་འབྱུང་གཙུག་ན་འཛིན། །

དེ་དག་ཁྱོད་གདོང་མཚུངས་ཞེས་པ། །

དེ་ནི་བསྐྱུགས་པའི་དཔེར་བཟོད་དོ། །

བྱབ་འཇུག་གི་ཉེ་བའི་པརྩས་འཛིན་ཏེན་ལྷ་ཚོགས་སྟོ་  
བར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཚངས་པ་ཡང་བསྐྱེད་ཅིང་། ཟླ་  
བ་ནི་བདེ་འབྱུང་ཉེ་ལྷ་ཚོན་པོ་དབང་ཕྱུག་གི་གཙུག་ན་  
འཛིན་པས་བསྐྱུགས་པར་འོས་ལ་དེ་དག་དང་ཁྱོད་གྱི་  
གདོང་པ་མཚུངས་སོ་ཞེས་དཔེ་ལ་བསྐྱུགས་པའི་སྟོ་ནས་  
མཚུངས་པར་སྟོན་པས་བསྐྱུགས་པའི་དཔེའོ། །

༡༥ བཟླ་འདྲི་ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ།

བཟླ་བཟླ་པ་བཟླ་འདྲི་ཁྱེད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

ཡོན་ཏན་ལྷན་ནམ་སྒྱུ་འགྱུར་ཡང་། །

ཁྱེད་གཞོན་ཟླ་བ་མཚུངས་ཞེས་པ། །

བཟླ་འདྲི་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡོད། །

ཅས་པ་བཟླ་འདྲི་དཔེ་ཞེས་རིགས། །

ཟླ་བའི་ཡོན་ཏན་བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་གྱིས་བསྟོད་  
པར་འགྱུར་རམ། ནག་པོ་ར་རིའི་དྲི་མ་དང་ལྷན་ཞིང་  
མར་ངོ་ལ་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྱུ་གྱིས་སྦྱང་པར་  
འགྱུར་བ་ནི་མེད་ཤེས་མོད་དེ་ལྟ་ནའང་ཟླ་བའི་དགྱེལ་  
འཁོར་ཉ་གང་བ་འདི་དང་ཁྱེད་གཞོན་པ་མཚུངས་  
སོ་ཞེས་པའི་བཟླ་འདྲི་ཞིག་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡོད་  
དོ་ཞེས་པ་ནི་བཟླ་འདྲི་ཁྱེད་སྒྱུ་ལྷན་དཔེ་དཔེ་ཅན་

གཉིས་མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱས་པས་ན་བཟོད་

འདོད་ཀྱི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

༡༩ འགལ་བའི་དཔེ།

བཅུ་དགུ་པ་འགལ་བའི་དཔེ་ནི།

འདབ་བརྒྱ་པ་དང་སྟོན་ཟླ་དང་། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་གསུམ་པོ་ནི། །

ཕན་ཚུན་རྣམ་པ་འགལ་ཞེས་པ། །

དེ་ནི་འགལ་བའི་དཔེར་བཟོད་དོ། །

འདབ་བརྒྱ་པ་སྟེ་པར་དང་། སྟོན་དུས་ཀྱི་ཟླ་བ་དང་།

ཁྱོད་ཀྱི་བཞེན་རས་གསུམ་པོ་འདི་མཛེས་ཚས་ཀྱི་ཡོན་

ཏན་གཅིག་པ་ལ་སོ་སོའི་གཟུགས་དབྱིབས་ཀྱི་རྣམ་པ་

ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་གཅིག་ཐ་དད་ཀྱི་འགལ་བ་བཟོད་

པས་དཔེ་དོན་གཉིས་མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་  
འགལ་བའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་བཟོད་དོ། །དེ་ལས་གཞན་  
བྱེ་མ་བྱེ་མའི་འོད་དང་གཟེ་བཟིང་གྱིས་སྒྲ་མ་སྒྲ་མ་  
ཉམས་པར་བྱེད་པས་འགལ་བར་འཆད་པ་དང་། ཐོག་  
མར་དེ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་ནས་སྒྲར་མི་འབྲུལ་བའི་  
སྒྲར་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་དུ་ཡོད་པའི་འགལ་བ་ལ་འཆད་  
པ་སོགས་རྣམ་པར་འབྱམས་པའོ། །

༡༠ དགག་པའི་དཔེ།

ཉི་ཤུ་པ་དགག་པའི་དཔེ་ནི།

དྲི་མ་ལྷན་ཞིང་སྒྲན་གྱུར་པས། །

ཟླ་བ་ལ་ནི་ཁྱོད་གདོང་དང་། །

འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད། །

ཅས་པ་དགག་པའི་དཔེ་ཉིད་དོ། །

རི་བོང་གི་གཟུགས་སུ་གྲགས་པ་ནག་པོ་ར་རིའི་ངྲི་མ་  
 དང་ལྷན་ཞིང་དགྱེལ་འཁོར་བཅ་པོ་ཡིན་པས་སེམས་མ་  
 ཟེན་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་པ་སྟེ་སྤྱོད་གཉིས་པོ་དང་ལྷན་པའི་  
 ཟླ་བ་ལ་ནི། ཁྱེད་གཞོང་ངྲི་མ་སྤངས་ཞིང་ཤེས་རིག་དང་  
 ལྷན་པ་འདི་ལ་འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་མེད་དོ་  
 ཞེས་འགྲན་རྒྱས་བཀག་པའི་མཚུངས་པ་གསལ་བར་  
 བྱེད་པ་ནི་དགག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ།

༢༡ མཛེས་པའི་དཔེའམ་ངོ་བསྟོད་ཀྱི་དཔེ།

ཉེར་གཅིག་པ་མཛེས་པའི་དཔེའམ་ངོ་བསྟོད་ཀྱི་དཔེ་ནི།

ཁྱེད་གཞོང་རི་དྲགས་མིག་གི་མཚན།

ཟླ་བ་རི་དྲགས་ཉིད་ཀྱིས་མཚན།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདི་མཚུངས་ཉིད།

ཁྱེད་འཕགས་མིན་ཞེས་མཛེས་པའི་དཔེ།



མིག་གི་མཛེས་པ་མཆོག་ནི་རི་དྲགས་ཀྱི་མིག་ལ་ཡོད་  
 པར་གྲགས་ཤིང་། དེ་དང་འདྲ་བ་བྱུང་མེད་མཛེས་མ་  
 རྣམས་ཀྱི་མིག་ལ་འདྲ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་བཟོད་པར་འདོད་  
 པའི་མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ལ་རི་དྲགས་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ཆ་  
 ཤས་ཕྱོགས་གཅིག་མིག་དག་གི་མཆོན་ལ། ཟླ་བ་རི་བོང་  
 གི་གཟུགས་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར་རི་དྲགས་ཀྱི་གཟུགས་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པས་མཆོན་མོད། དེ་ལྟ་ནའང་ཁྱོད་ཀྱི་  
 གདོང་པ་རི་དྲགས་མིག་གཅིག་ལུས་མཆོན་པས་དམན་  
 པ་མ་ཡིན་ལ། ཟླ་བ་ལ་རི་དྲགས་ཀྱི་གཟུགས་རྫོགས་པས་  
 མཛེས་པ་ལྷག་པ་མ་ཡིན་ཏེ་འདི་གཉིས་ཡོན་ཏན་རྣམ་  
 པ་ཀུན་ཏུ་མཚུངས་སོ་ཞེས་པ་ནི་མཛེས་པའམ་ངོ་  
 བཟོད་ཀྱི་དཔེའོ།

༡༡ དེ་ཉིད་བཟོད་པའི་དཔེ།

ཉེར་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བཟོད་པའི་དཔེ་ནི།

འདི་ནི་བཞིན་ཉིད་པར་མེད། །

འདི་དག་བྱུང་བ་མ་ཡིན་མེད། །

ཅེས་པ་རྣམ་གསལ་མཚུངས་པ་ལས། །

དེ་ནི་དེ་ཉིད་བརྗོད་པའི་དཔེ། །

པར་དང་གདོང་པ་བྱུང་བ་དང་མེད་དག་རྣམ་པ་  
གསལ་བར་མཛེས་སྟུག་ལ་སོགས་པས་མཚུངས་པ་ལས་  
ཐ་དད་མེད་པ་ལྟར་གྱུར་གྱིང་། བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་  
པས་གདོང་དང་མེད་གི་དངོས་པོ་ཡིན་པ་མ་འབྲུལ་  
བར་རྟོགས་ནས་དཀར་ཁིང་མཛེས་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་  
བཞིན་རས་ཉིད་ཡིན་ཏེ་མེ་ཏོག་པར་ནི་མ་ཡིན་  
ནོ། །སྒྱུ་མ་ཁིང་གཡོ་བ་འདི་དག་བྱུང་བ་འཁོར་བ་མ་  
ཡིན་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་མེད་གཉིས་གཡོ་ཁིང་རྣམ་པར་འབྲུལ་  
བའོ། །ཞེས་ཡིན་ལྷགས་ལྟར་འདྲ་ལྟ་མོང་མེན་པའི་དཔེ།

ཉེར་གསུམ་པ་ཐུན་མོང་མེན་པའི་དཔེ་ནི།

ཟླ་བ་པར་དག་གི་ནི། །

མཛེས་པ་ལས་འདས་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་། །

བདག་རང་ཉིད་དང་མཚུངས་པར་གྱུར། །

ཞེས་པ་ཐུན་མོང་མེན་པའི་དཔེ། །

སྲིད་པ་འདི་ན་མཛེས་པའི་དཔེར་བྱེད་པ་ཟླ་བ་དང་  
པར་དག་གི་མཛེས་པ་ལས་ཀྱང་འདས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་  
གདོང་པ་འདི་ལ་མཚོན་རྒྱས་ཀྱི་དཔེ་གཞན་མེད་པས་  
བདག་རང་ཉིད་ཏེ་ཁྱོད་ཁྱོད་ཉིད་དང་མཚུངས་སོ་ཞེས་  
མཛེས་ཚས་ཐུན་མོང་བར་གྱུར་པའི་དཔེ་སྲིད་པ་ན་མ་  
རྟེན་པས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དཔེའམ་རྗེས་འགྲོ་མེད་  
པའི་རྒྱན་དུ་ཡང་བཟོད་དོ། །

‘བདེན་པར་བཟོད་པས་ན་དེ་ཉིད་བཟོད་པའི་དཔེའོ། །

༡༥ བྱང་མེན་གྱི་དཔེ།

ཉེར་བཞི་པ་བྱང་མེན་གྱི་དཔེ་ནི།

པར་མཛེས་པའི་སྒྲིང་པོ་ཀུན། །

འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱུས་པ་བཞིན། །

སྒྱུང་གྱི་གདོང་ནི་རྣམ་མཛེས་ཞེས། །

དེ་ནི་བྱང་མེན་དཔེ་ཞེས་རིགས། །

སྤྱི་པ་ན་མཆིས་པའི་པར་མ་ལྷན་པའི་མཛེས་པ་ཅི་  
ཡོད་པའི་སྒྲིང་པོ་ཀུན་སྒྱུགས་འགའ་ཞིག་དག་ཏུ་བསྐྱུས་  
ནས་བཀོད་པ་བཞིན་ཏུ་སྒྱུང་གྱི་ཞལ་རས་འདི་ནི་རྣམ་  
པར་མཛེས་སོ་ཞེས་དེ་ལྟ་བུ་སྐར་མ་བྱང་ཞིང་སྒྲན་དག་  
མཁན་གྱིས་རྟོག་པས་བཏགས་པ་ངོ་མཆར་བའི་དཔེས་  
གདོང་འཇལ་བར་བྱེད་པ་ན་བྱང་མེན་གྱི་དཔེ་ཞེས་  
རིག་པར་བྱོའོ། །འདི་ལ་རྒྱ་དཔེར་ཨ་མུ་ཏ་ཞེས་འབྱུང་

བ་ཀྱི་འདས་རྒྱུན་བྱིན་པ་ཡིན་པས་འབྱུང་མིན་ཞེས་  
འཆད་པ་མི་འཐད་པར་རྗེ་བོད་མཁས་པས་གསུངས་པ་  
དོན་ལ་གནས་ཏེ། ཉི་མེ་འཇིག་པའི་བྱིངས་ལྟ་བུ་ཉི་འགྲོ་  
བའི་རིགས་ལ་ཀྱང་ལྟར་པ་ལ་ཡང་འཇུག་པ་ཡོད་མོད་  
ཀྱང་། སྐབས་འདིར་འདས་རྒྱུན་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་བྱིར་  
རོ།

༢༥ སྲིད་མིན་གྱི་དཔེ།

ཉེར་ལྔ་པ་སྲིད་མིན་གྱི་དཔེ་ནི།

ཟླ་བའི་གཟུགས་ལས་དུག་བཞིན་དང་།

ཅན་ལས་ནི་མེ་བཞིན་དུ།

ཞལ་འདི་ལས་ནི་རྩལ་མའི་ཆོག །

ཅས་པ་སྲིད་པ་མིན་པའི་དཔེ།

ཟླ་བ་བདུད་ཚིའི་རང་བཞིན་གྱི་གཟུགས་ལས་དུག་  
 དང་། ཅན་གྱི་རིག་པ་མཐའ་གཅིག་དུ་བསེལ་བ་ལས་  
 མེའི་རང་བཞིན་གྱི་དྲོད་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་པ་བཞིན་དུ་  
 དམ་པ་ཁྱོད་གྱི་ཞལ་མཐའ་གཅིག་དུ་སྟན་པར་སྟེ་བ་  
 འདི་ལས་རྩལ་མེའི་ཆོག་འབྱུང་བ་ནམ་ཡང་མི་སྲིད་  
 འོ། །ཞེས་པ་དཔེ་དོན་ཀུན་ལ་རྣམ་དབྱེ་ལྟ་བུ་སྦྱར་ཞིང་  
 འབྱུང་མི་སྲིད་པའི་བསམ་པས་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་  
 མཚུངས་པར་བྱེད་པས་སྲིད་པ་མེན་པའི་དཔེའམ་ཡང་  
 ར་འབྱུང་མེན་གྱི་དཔེ་ཞེས་བྱས་ཀྱང་འདི་ལ་རུང་ངོ་། །

༢༥ མང་བའི་དཔེ།

ཉེར་དུག་པ་མང་བའི་དཔེ་ནི།

ཅན་ཁྱུ་དང་ཟླ་འོད་དང་། །

ཟླ་ཤེལ་སོགས་བཞིན་ཁྱོད་གྱི་ནི། །

རེག་པ་བསེལ་ཞེས་བྱུང་པར་དག།

གསལ་བར་བྱེད་པ་མང་བའི་དཔེ།

ཅ་རྒྱན་དང་གངས་ཀྱི་ཚུ་དང་ཟླ་བའི་ཟེར་དང་ཟླ་བ་ཚུ་  
ཤེལ་གྱི་ཞོར་བྱ་དང་། སྐགས་ཁོངས་ནས་ཁ་བ་དང་སྟོ་  
ཕྱོགས་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་བཞོན་བཞིན་དགའ་མ་བྱོད་གྱི་  
ལྷས་གྱི་རེག་པ་མཆོག་འདི་ཤིན་ཏུ་བསེལ་ལོ་ཞེས་པ་  
འདིར་དཔེ་གཅིག་གིས་ཀྱང་བསེལ་བ་ཉིད་རྟོགས་ཅུས་  
ཏེ་མང་པོ་བཀོད་པས་དགའ་མའི་རེག་པ་བསེལ་ཞིང་  
ཕན་པར་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན། བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་  
ལྷལ་དུ་བྱུང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི། དཔེ་མང་པོ་སྟོས་  
པས་ན་མང་བའི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་འཕགས་  
པ་ལྷལ་འཁོར་སྐྱོང་གི་ལྷས་པའི་མདོར། ཐུབ་པ་བྱོད་གྱི་  
སྟོན་མཚམས་མཛོད་སྟུ་མཛེས། །ཀྱུ་རྒྱ་ཟླ་བ་ཁ་བ་དུང་  
ལྷར་དཀར། །ཞེས་པ་དང་། གཙུག་ན་ཞོར་བའི་རྟོགས་

པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། བདུད་ཚིའི་ཟེར་གྲིས་ཚུ་  
གཏེར་རྒྱབས། །ཚངས་པའི་པརྒྱས་བྱབ་འཇུག་སྟེ། །དག་  
བྱེད་དག་གིས་སྐྱབ་ཤིང་བཞིན། །དེ་ནི་མངལ་གྲིས་  
མཛེས་པར་གྱུར། །ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༢༧ རྣམ་འགྱུར་གྱི་དཔེ།

ཉེར་བདུན་པ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དཔེ་ནི།

ལུས་སྤྱ་ཁྱོད་གདོང་བཞིན་རས་ནི། །

སྒྲ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་ལས་བཏོན་བཞིན། །

པརྒྱའི་ནང་ནས་ཕྱང་བ་བཞིན། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་རྣམ་འགྱུར་དཔེ། །

ལུས་སྤྱ་ཁྱོད་གྱི་བཞིན་རས་ནི་སྒྲ་བ་ཉ་གང་བའི་དགྲིལ་  
འཁོར་གྱི་དབུས་ནས་ད་ལྟ་བཏོན་པ་བཞིན་དང་། པརྒྱ་



གཞིན་རྒྱུ་ནང་ནས་ཕྱང་མ་ཐག་པ་བཞིན་མོ་ཞེས་  
 གདོང་གི་མཛེས་པ་དཔེ་བསྒྲུ་དང་ཟླ་བ་དག་གི་རྣམ་  
 འགྱུར་ཅམ་དུ་བརྗོད་པས་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དཔེའོ། །རྣམ་  
 འགྱུར་ཞེས་པ་ནི་ངོ་བོ་གསེར་ལྷ་བྱ་ལ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་  
 གནས་སྐབས་རྣ་རྒྱན་དང་། གདུ་བྱ་དང་། སྐར་ལགས་ལ་  
 སོགས་པའི་བྱང་པར་ཐ་དད་པ་ལྟར་འདིར་ཡང་རྣམ་  
 འགྱུར་གྱི་གནས་སྐབས་མི་མོའི་གདོང་གི་རྣམ་པར་སྒྲུང་  
 བ་ཅམ་མ་གཏོགས་ངོ་བོ་དཔེ་ཟླ་དང་བསྒྲུ་དག་ཡིན་  
 པར་བརྗོད་པའི་ཆོག་སྒྱུར་རོ། །

༢༥ ཐེང་བའི་དཔེ།

ཉེར་བརྒྱད་པ་ཐེང་བའི་དཔེ་ནི།

འོད་གྲིས་ཉི་བཞིན་ཉི་མ་ཡིས། །

ཉིན་བཞིན་ཉིན་གྲིས་མཁའ་ལ་བཞིན། །

རྣམ་པར་གཞོན་པས་བྱོད་ལ་དཔལ། །

འཛིན་ཞེས་དེ་ནི་བྱང་བའི་དཔེ། །

རང་གི་འོད་གྱིས་ཉི་མ་ལ་དཔལ་འཛིན་པ་འཛིན་དུ་ཉི་  
མ་ཡིས་ཉིན་པར་གྱི་དུས་ལ་དཔལ་འཛིན་ཅིང་། དེ་  
བཞིན་དུ་ཉིན་པར་གྱིས་ཀྱང་ནམ་མཁའ་མཛེས་པའི་  
དཔལ་འཛིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་སྤེལ་རྒྱུ་གྱི་གྲོ་ལ་  
བ་རྣམ་པར་གཞོན་པས་རྒྱལ་པོ་བྱོད་ལ་དཔལ་ལྷན་  
སྤུམ་ཚལ་པ་འཛིན་ནོ། །ཞེས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དཔེ་དང་བྱི་  
མ་བྱི་མ་དཔེ་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་ཅན་གྱི་  
སྒྲོ་ནས་དཔེ་དཔེ་ཅན་བྱང་བར་སྤེལ་བས་བྱང་བའི་  
དཔེ་འོ། །

༢༩ ངག་དོན་གྱི་དཔེ།

ཉེར་དགུ་པ་ངག་དོན་གྱི་དཔེ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་

དཔེར་བརྗོད་དོ། །དང་པོ་ནི།

གང་ཡང་ངག་དོན་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

གལ་ཏེ་ངག་དོན་ཉེར་འཇལ་ན། །

ངག་དོན་དཔེ་སྟེ་བཞིན་སྦྱར་ནི། །

གཅིག་དང་དུ་མས་དེ་རྣམ་གཉིས། །

གང་ཡང་ཆོག་དོན་ཅུ་མ་མ་ཡིན་པར་ངག་དོན་ཏེ་འདི་

ལ་མདོན་པ་ལ་སོགས་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་སུ་

བཤད་པ་ལྟར་ན། ཡི་གེ་ཀ་ལ་སོགས་པ་དུ་མ་འདུས་པ་

ནི་མིང་དང་། མིང་དུ་མ་འདུས་པས་ཆོག་ཆོག་དུ་མ་

འདུས་པས་ངག་དོན་དུ་གྲུབ། ལེགས་སྦྱར་ལ་བྱེདས་

ལས་ཆོག་དུ་སྦྱབ་པ་ཏིང་དང་། མིང་ལས་ཆོག་དུ་སྦྱབ་

པ་སུལ་སྟེ། ཏིང་སུལ་འི་རྣམ་དབྱེ་གང་རུང་སྦྱར་བེན་

ནས་བྱིངས་དང་མིང་ཡང་ཚིག་ཏུ་གྲུབ་ཟེན་པ་ཡིན་  
 མོད། དེ་འདྲ་ཏུ་མ་འདུས་པ་ནི་ངག་དོན་ཏེ། དེས་ན་  
 འདིར་ཡང་གཞལ་བྱ་དཔེ་ཅན་དང་འཇལ་བྱེད་དཔེ་  
 གཉིས་ཀ་ལ་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
 རྣམ་དབྱེ་བདུན་གསུམ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་  
 ལས་ཅི་རིགས་པས་སྒྲེལ་བ་ཞིག་གི་དཔེའི་ངག་དོན་  
 གྲིས་གལ་ཏེ་དོན་གྱི་ངག་དོན་ཉི་བར་འཇལ་བ། བཞིན་  
 སྒྲ་དང་བཅས་པ་ཞིག་སྟན་ངག་མཐན་གྲིས་སྒྱུར་ན་དེ་  
 ནི་ངག་དོན་གྱི་དཔེ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་མཚུངས་པ་  
 གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ། བཞིན་ཞེས་པ་གཅིག་ཡོད་པ་དང་།  
 ཏུ་མ་ཡོད་པས་རྣམ་པ་གཉིས་སོ། །དེ་ལས་དང་པོ་  
 བཞིན་སྒྲ་གཅིག་པའི་དཔེ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཏུ་དུ་ན་ན་མ་རྩི་རྒྱ།

མ་མེད་ཤ་ན་དུ་རྩི་ཏེ། །

སྒྲི་མཛིན་མི་སྣ་ལ་གྲུ། །

གེ་ས་རྩེ་སྒྲི་ཏི་པ་རྒྱ་རྩོ། །

ཞེས་འབྱུང་བའི་གདོང་གི་སྐད་དོད་ཨ་ན་ན་ལ་གཉིས་  
པའི་ཨམ་བྱེན་པས་ཨ་ན་ན། མེག་གི་སྐད་དོད་ཨམ་ལ་  
གཉིས་པའི་ཨམ་བྱེན་པས་ཨམ། འོད་ཀྱི་སྐད་དོད་དྲི་རྒྱེ་  
ཏི་ལ་གཉིས་པའི་ཨམ་བྱེན་པས་དྲི་རྒྱེ་ཏི། ཞེས་པ་རྣམས་  
ནི་གཞལ་བྱ་དཔེ་ཅན་གྱི་ངག་དོན་ཅོ། །སྒྲུར་གཞལ་བྱ་  
དཔེ་ཅན་མེག་ལ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་བྱེན་པས་འདིར་  
དེ་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་བྱང་བའི་སྐད་དོད་སྒྲི་ལ་ཡང་  
གཉིས་པ་བྱེན། བཞིན་གྱི་སྐད་དོད་ཨི་བ་དང་མཚམས་  
སྒྲུར་བས་སྒྲི་མི་བ་ཞེས་གྲུབ། དེ་བཞིན་དུ་གཞལ་བྱ་སོ་  
སོའི་འོད་ལ་སྒྲུར་གཉིས་པ་སྒྲུར་བས་འདིར་འཇལ་བྱེད་  
གེ་སར་གྱི་སྐད་དོད་གེ་ས་ར་ལ་ཡང་གཉིས་པ་སྒྲུར་ནས་  
གེ་ས་རྩེ། སྒྲུར་གཞལ་བྱ་གདོང་ལ་གཉིས་པ་བྱེན་པས་

འདིར་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་འདམ་སྒྲེས་པ་རྣམས་སྐད་དོད་  
པ་རྣམས་ལ་ཡང་གཉིས་པ་བྱིན་པས་པ་རྣམས་ལ་ཞེས་གྲུབ་པ་  
རྣམས་ནི་འཇལ་བྱེད་དཔེའི་ངག་དོན་ཏེ། འདིར་བྱ་  
བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་འཇུག་ཕུལ་ཆེ་ཞིང་།  
གཞལ་བྱ་དཔེ་ཅན་དང་འཇལ་བྱེད་དཔེ་གཉིས་པོ་རྣམས་  
དབྱེ་མཚུངས་དགོས་པའི་བྱིར་གཉིས་པ་ཁོ་ན་སྐྱར་  
བའོ། །བོད་སྐད།

ཁྱེད་གདོང་མེག་ནི་མི་བརྟན་ཞིང་། །

སོ་ཡི་འོད་ཟེར་རབ་གསལ་བ། །

འདམ་སྒྲེས་བྱང་བ་གཡོ་ལུན་ནི། །

གེ་སར་དག་གིས་མཚོན་བཞིན་མཛེས། །

ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་མཛེས་ལ་མེག་མི་བརྟན་པ་སྟེ་གཡོ་ཞིང་  
རྣམ་པར་འཕུལ་བ་དང་། སོ་ཡི་འོད་ཟེར་རབ་ཏུ་གསལ་

བ་ཞེས་གཞལ་བྱ་དཔེ་ཅན་གྱི་ངག་དོན་དང་། སེའི་ཞེས་  
 རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་འབྱུང་ཞིང་། འདམ་སྒྲིམ་ཏེ་མེ་ཏོག་  
 པར་བྱ་བྱང་བ་རྣམ་པར་གཡོ་བ་དང་ལྡན་པ། གེ་སར་གྱི་  
 བྱང་བས་མཚན་པ་ཞེས་པ་རྣམས་ནི་འཇལ་བྱེད་དཔེའི་  
 ངག་དོན་ཏེ་གེ་སར་དག་གིས་ཞེས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་  
 ཡོད་པ་མཛེས་སོའམ་སྒྲུང་ངོ་ཞེས་པའི་བྱ་ཚིག་དང་  
 སྒྲེལ་ལོ། །གཞལ་བྱ་དོན་དང་འཇལ་བྱེད་དཔེ་གཉིས་པོ་  
 རིམ་པས་མཚུངས་པའི་ཚིག་རྣམས་མཚུངས་པ་གསལ་  
 བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བཞིན་ཞེས་པ་གཅིག་གིས་གསལ་བར་བྱས་  
 པ་འདི་ནི་བཞིན་སྒྲ་གཅིག་པའི་དཔེ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བཞིན་སྒྲ་དུ་མ་ཅན་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ན་ལི་རྩ་ཨི་མ་ཏ་རྣམས། །

སྟ་སྟུང་པར་མི་སྟ་ན་ནས། །

མ་ཡུ་མ་རྩ་ལྷ་ཏེ་ནེ་མ།

ལྷ་ཡུ་ལ་མ་ར་ལྷ་ཏ།

ཞེས་འབྱུང་བའི་པར་ཅན་ཏེ་པར་ཅན་ཅུ་བའམ་ཡུ་བའི་  
སྐད་དོད་ན་ལེ་ནི་ལ་རྩལ་པའི་གཅིག་ཆེག་ངས་བྱེན་  
པའི་རྩམ་བཅད་བྱིས་པས་བཞིན་གྱི་སྐད་དོད་ཨི་བ་  
མཆམས་མ་སྐྱར་བར་བཞག་པས་ན་ལེ་རྩ་ཨི་བ་ཞེས་པ་  
གྲུབ་སྟེ་འཇལ་བྱེད་དཔེའོ། །ཡང་དེའི་གཞལ་བྱ་དཔེ་  
ཅན་ལུས་སྤྱ་མའི་སྐད་དོད་ཏ་ན་གྲི་ལ་རྩམ་དབྱེ་རྩལ་  
པའི་གཅིག་ཆེག་ངས་བྱེན་ཏ་རྩལ་ཡུས་ཞེས་གྲུབ། ཡང་  
འཇལ་བྱེད་གྱི་དཔེ་པར་ལ་གཉིས་པ་བྱེན་ནས་པར་  
གྲུབ། དེ་ཨི་བ་དང་མཆམས་སྐྱར་བས་པར་མེ་བ། དེའི་  
གཞལ་བྱ་དཔེ་ཅན་གདོང་གི་སྐད་དོད་ལྷ་ན་ན་ལ་ཡང་  
གཉིས་པ་བྱེན་པས་ལྷ་ན་ནོ། གཞལ་བྱ་བདག་གི་སྐད་  
དོད་ཨེས་ལ་གསུམ་པའི་གཅིག་ཆེག་ཏེ་བྱེན་པས་མ་



ཡུ། དེ་འཇལ་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་སྤང་ཅི་སྤྱོད་པའི་སྤང་དོད་མ་  
རྩ་སྤྱ་ཏ་ལ་ཡང་གསུམ་པའི་རྩ་བྱེན། རྩ་ཨི་ན་རྩ་བསྐྱར་  
མཚམས་སྐྱར་བས་མ་རྩ་སྤྱ་ཏེ་ན་གྲུབ། དེ་ནས་གཞལ་བྱ་  
གཞལ་བྱེད་གཉིས་ཀའི་ཚས་འཐུངས་ཤིང་འཐུངས་  
ཤིང་ཞེས་པའི་སྤང་དོད་ལ་གཉིས་པ་བྱེན་པས་ཕྱ་ཡམ་  
ཡམ་ཞེས་གྲུབ་པའོ། །བོད་སྤང།

པརྩ་ཅན་བཞིན་ལྷས་སྤྱ་མ། །

པརྩ་བཞིན་དུ་དེ་ཡི་གདོང་། །

སྤང་ཅི་སྤྱོད་པས་བཞིན་དུ་ནི། །

བདག་གིས་འཐུངས་ཤིང་འཐུངས་ཤིང་ཅེས། །

པརྩ་ཅན་ཏེ་པརྩ་འི་ཁྱ་བ་བཞིན་དུ་ལྷས་སྤྱ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་  
ལྷས་དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་པརྩ་བཞིན་དུ་མཛེས་མ་  
ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་། དེ་ལ་ཆགས་པའི་སྤང་ཅི་སྤྱོད་པ་

སྟེ་བྱང་བས་བཞིན་དུ་འདོད་ལྡན་བདག་གིས་འབྱངས་  
 ཤིང་འབྱངས་ཤིང་ཅེས་སོ། །ཞེས་པ་ལའང་རྣམ་དབྱེ་  
 བདུན་པ་དང་དྲུག་པ་དང་གསུམ་པ་རྣམས་ཡོད་ཅིང་།  
 དེ་ལས་བདག་གིས་ཞེས་པ་དང་སྤང་ཅི་སྦྱོད་པས་ཞེས་  
 པའི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་དེ། སྐད་གཉིས་ཀ་ལའང་ཅེས་  
 སོ་ཞེས་པའི་བྱ་ཆོག་དང་སྟེལ་དགོས་ཤིང་། བཞིན་སྤྱི་དུ་  
 མ་ཡོད་པས་ན་བཞིན་སྤྱི་དུ་མ་ཅན་གྱི་ངག་དོན་གྱི་  
 དཔེའོ། །སྐབས་འདིར་ནི་དཔང་ལོ་ཙྏ་བ་སྟོ་གོས་བཏྟན་  
 པ་ལྟ་བུའི་མཁས་པ་ཆེན་པོ་ཡང་ཐུགས་འཁྱུལ་ཏེ་རྣམ་  
 དབྱེ་བྱེད་ཅན་དྲུག་པོ་གང་རུང་དང་ཅི་རིགས་པར་  
 འབྲེལ་བའི་ངག་དོན་ཅེས་རྣམ་དབྱེ་དྲུག་པ་སྦྱར་མི་  
 རུང་བ་ལྟ་བུར་བཤད་པས། བོད་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 དཔང་ལོ་རང་གིས་མཛད་པའི་ཆོགས་གསུམ་གསལ་  
 བའི་ལུང་། བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱེད་ཅན་ཆེད། །འབྱུང་  
 ལུངས་གཞི་རྣམས་བྱེད་ཅན་དྲུག་། དྲུག་བརྒྱད་སྤངས་

ཕའི་རྣམ་དབྱེའི་གཞི། །ཞེས་པ་དངས་ནས། རྣམ་དབྱེ་  
 རྒྱག་བརྒྱད་གཉིས་པོ་སྤངས་པའི་སྒྱག་མ་བྱེད་ཅན་རྒྱག་  
 པོ་ཅི་རིགས་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་བཀྲལ་བ་ཤ་སྒྱག་  
 འདུག་ཀྱང་། འོན་དུ་ནི་བོད་པའི་འོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་  
 བརྒྱད་པ་འདིར་འཇུག་པའི་འོན་མེད་མོད། བཞིན་སྐྱ་  
 རུ་མ་ཅན་གྱི་དཔེར་བཟོད་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་རྣམ་  
 དབྱེ་རྒྱག་པའི་རྗེས་གཉིས་གསལ་བར་ཡོད་པས་བྱེད་  
 ཅན་རྒྱག་ཁོ་ནར་མ་ཟད། རྣམ་དབྱེ་བདུན་གསུམ་ཉིར་  
 གཅིག་པོ་ཅི་རིགས་དང་འབྲེལ་ཞིང་གཙོ་བོར་བྱ་བྱེད་  
 ལས་གསུམ་གྱི་རྣམ་དབྱེ་རྣམས་འཇུག་པ་ཞིག་དགོས་པ་  
 གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་ན་གསལ་ལོ། །

༣༠ ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ།

སུམ་ཅུ་པ་ལྷ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་  
 དཔེར་བཟོད་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་ཉེར་བཀོད་ནས། །

དེ་ཡི་ཚོས་མཐུན་རབ་བཀོད་པས། །

མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་པ་ཅན། །

ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ཡིན་དཔེ། །

བརྗོད་བྱའི་དངོས་པོ་སྐྱེས་བུ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡང་  
རྒྱང་བ་འགའ་ཞིག་ཉེ་བར་བཀོད་ནས་དེ་དང་ཚོས་  
མཐུན་པས་དཔེར་འོས་པ་ཞིག་ཟླ་བོ་འམ་གྲོགས་ཀྱི་ཚུལ་  
དུ་བྱིས་རབ་དུ་བཀོད་པས། དེ་གཉིས་དངོས་སུ་  
མཚུངས་པར་མ་བརྗོད་ཀྱང་ཤུགས་ལས་མཉམ་པ་ཉིད་  
དུ་རྟོགས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་དེ་ལ་ནི་ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ཉིད་དཔེར་བརྗོད་ན་ཞེས་པའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་དངོས་ནི།

རྒྱལ་པོ་རྣམས་ནི་སྐྱེས་བུར་ཀྱང་། །

ད་ལྟ་ཁྱོད་འདྲ་གཅིག་ཀྱང་མེད། །

ཡོངས་འདུ་དག་གི་རྒྱུ་འབྱུང་ནི། །

གཉིས་པ་ངས་པར་ཡོད་མ་ཡིན། །

གནའ་དུས་རིང་མོ་ཉིད་ནས་བཟུང་ད་ལྟའི་བར་དུ་  
རྒྱལ་པོ་ཇི་སྟེད་པ་ཞིག་སྐྱེས་པར་གྱུར་ཀྱང་། ཡོན་ཏན་  
དང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་འདྲ་བ་ནི་སྤར་མ་བཟང་ད་ལྟ་  
ཡང་གཅིག་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་པ་ནི་བརྗོད་བྱ་དོན་གྱི་  
དངོས་པོ་བཀོད་པའོ། །དེའི་ཆོས་མཐུན་དཔེའི་དངོས་  
པོ་འགོད་པ་ནི། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ཡོངས་འདུ་ས་  
བརྟོན་ཞེས་གྲགས་པའི་སྟེང་སྟོན་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་  
ཏན་ཅན་གྱི་ཤིང་གཉིས་པ་ནི་ངས་པ་ཁོ་ནར་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ཏེ་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུར་བཟང་པ་དང་འདྲའོ་  
ཞེས་པའི་དོན་རྟོ། །འདི་ལ་སྤར་གཞུང་ཆོག་གི་  
འགྱུར། །ཡོངས་འདུ་དག་ལ་རྒྱུ་འབྱུང་ནི། །ཞེས་དང་།

ཀླང་འབྱུང་དག་ལ་ཡོངས་འདུ་ནི། །ཞེས་པ་གཉིས་  
 འདུག་པ་གཉིས་ཀྱི་འང་དོན་ལ་ཆེར་མི་འགལ་མོད་ཀྱང་  
 རྣམ་དབྱེ་བྱུག་པའི་རྗེས་ཡོད་པས་འདིར་བཀོད་པ་  
 བཞིན་དུ་ལེགས་སོ། །དཔེར་བཞིན་པ་གཞན་ཡང་།  
 ལེགས་བཤད་འཆོལ་གྱི་རྟོགས་པ་བཞིན་པའི་ཡལ་  
 འདབ་དུ། །བསྟན་བཅོས་མན་ངག་རྣམས་ཀྱིས་དག་  
 བྱས་ཀྱང་། །ངེས་པར་སློང་ན་རབ་དྲངས་ཉིད་མི་  
 འགྱུར། །ག་ཤུར་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྒྲོས་གྱུར་  
 ཀྱང་། །མི་ཟད་སྒྲོག་པ་རང་གི་དྲི་མི་གཏོང་། །ཞེས་པ་  
 དང་། རྟན་ངག་ཆེན་པོ་རྣམ་ཡ་ན་ལས། རྒྱང་མ་གཉིས་  
 གྱི་དབུས་སོན་པའི། །སྤྱུའི་རྒྱལ་པོ་མགོན་བཟང་  
 དེ། །ས་ག་ས་ག་ལ་སྐར་མ་གཉིས་ཡོད་པའོ། །དག་གི་  
 དབུས་སོན་པའི། །ཉ་རྒྱས་སྒྲ་བ་ཇི་བཞིན་མཛོས། །ཞེས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །

༣༡ མཚུངས་སྒྱུར་གྱི་དཔེ།

སོ་གཅིག་པ་མཚུངས་སྒྱུར་གྱི་དཔེ་ལ་མཚན་ཉིད་དང་  
དཔེར་བཞིན་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

སྟག་པས་དམན་པ་བྱ་བ་ཡི། །

ཆོ་ག་གཅིག་ལ་རབ་བསྐྱས་ནས། །

གང་སྐྱས་དེ་ནི་མཚུངས་པ་དག །

སྒྱུར་བའི་དཔེ་རུ་བཤད་དེ་དཔེར། །

ཇིང་བྱེད་གྱི་དཔེ་སྟག་པས། བཞིན་བྱའི་དཔེ་ཅན་གྱི་  
དོན་དམན་པ། བཞིན་ཚུལ་བྱ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་བྱེད་  
པ་ལ་མཚུངས་པར་བསྐྱས་ནས་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་  
སྐྱས་པའི་ངག་དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བའི་དཔེ་ཞེས་  
བྱའོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ནི། །

ཕུ་ལོ་མ་དགས་མཐོ་རིས་དང་། །

ཁྱོད་ནི་ས་སྤང་མེལ་ཆེ་བྱེད། །

དེ་ཡིས་དྲེགས་ལྡན་ལྟ་མེན་དང་། །

ཁྱོད་ཀྱིས་མི་ཡི་བདག་པོ་འཛོམས། །

བདེ་སོགས་ཀྱི་པ་ལྟ་མ་ཡིན་ཕུ་ལོ་མ་ཞེས་བྱ་བའི་དགྲ་  
ནི་ལྟའི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་ཏེ་དེས་མཐོ་རིས་ལྟ་གནས་  
བསྤང་བའི་ཆེད་དུ་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་ས་སྤང་མི་  
ཡུལ་བསྤང་བའི་ཆེད་དུ་མེལ་ཆེ་བྱེད་ལ། བརྒྱ་བྱེན་དེས་  
དྲེགས་ལྡན་ལྟ་མ་ཡིན་དང་ཁྱོད་ཀྱིས་དྲེགས་ལྡན་མའི་  
བདག་པོ་གཞན་འཛོམས་པར་བྱེད་ཅེས་བྱེད་སྒྲ་མའི་  
ཀླང་པ་གཉིས་ཀྱིས་དཔེ་ལྟག་པ་བརྒྱ་བྱེན་དང་དོན་  
དམན་པ་མི་བདག་གཉིས་རང་ཕྱོགས་བསྤང་བའི་བྱ་བ་



མེལ་ཆེ་བྱེད་པ་ལ་བསྐྱུས། བྱེད་བྱེ་མ་གཉིས་གྱིས་དཔེ་  
ལྷག་པ་དྲེགས་ལྷན་ལྷ་མིན་དང་། འོན་དམན་པ་དག་  
ལྷར་གྱུར་པའི་མིའི་རྒྱལ་པོ་གཞན་པ་གཉིས་འཇོམས་  
ཞེས་པའི་བྱ་བ་གཅིག་ལ་བསྐྱུས་ནས་གཞན་སྡེའི་སྐོལ་  
བ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་བརྗོད་པའོ། །

༣༢ རྒྱ་དཔེ།

སོ་གཉིས་པ་རྒྱ་དཔེ་ནི།

རྒྱལ་པོ་མཛེས་པས་ལྷ་བ་དང་། །

གཟི་བྱེན་གྱིས་ནི་ཉི་མ་དང་། །

བརྟན་པས་རྒྱ་མཚོའི་རྩེས་སུ་བྱེད། །

ཅས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་དཔེར་དྲན། །

གྱེ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ནི་མཛེས་པའི་རྒྱས་སྒྲ་བ་  
 དང་འདྲ་ཞིང་། གཟེ་བྱེན་ཆེ་བའི་རྒྱས་ཉི་མ་དང་  
 མཚུངས། ཟབ་ཅིང་བརྟན་པའི་རྒྱས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་  
 གཏིང་མི་དཔོག་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་དོ་ཞེས་མཛེས་པ་  
 སོགས་གྱེ་རྒྱ་བཀོད་ནས་དཔེ་དཔེ་ཅན་མཚུངས་པར་  
 བསྐྱབས་པས་ན་རྒྱའི་དཔེ་ཞེས་བྱ་བར་སྟན་ངག་མཁས་  
 དབང་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །སྐབས་འདིར་འབྲེལ་བ་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ། ཉེ་ཏུ་ཞེས་པ་རྒྱ་དང་རྒྱ་མཚོན་གཉིས་ཀ་  
 ལ་འཇུག་པ་ལས། འདིར་རྒྱ་རུ་འབྲེལ་བ་འཐད་པར་མ་  
 མཐོང་སྟེ། དངོས་རྒྱ་རྒྱེན་རྒྱ་གང་ཡིན་རུང་དེ་ལས་བྱུང་  
 བ་ཞིག་འབྲེལ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་འདིར་རྒྱ་  
 མཚོན་རུ་བསྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་ཡང་། དེ་ནི་  
 གཞུང་དང་རྒྱ་བོད་གྱེ་འབྲེལ་བ་སྔ་མ་རྣམས་དང་མི་  
 མཐུན་པར་མ་ཟད། རང་ཅག་ལ་ཚད་མར་གྱུར་པ་རྗེ་  
 པའ་ཆེན་སྒྲ་མའི་བཞེད་པ་དང་ཡང་འགལ་བ་ཁོ་ན་སྟེ།

འབྲེལ་པ་འདོད་འཇོར་ཡང་། ཡང་ན་རིག་པའི་གནས་  
 མཐའ་དག་ལ་ཤེས་པའི་སྦྱོན་པ་སྦྱོན་ཏེ། དེའི་ཨི་ཞེས་པ་  
 རི་དཔལ་ཏེ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའོ། ཤེས་པའི་སྦྱོན་པ་  
 ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་རྒྱར་གྱུར་པ་དེས་རྒྱ་མཚོ་དང་  
 མཚུངས་པས་བསྟན་བཅས་ནི་རྒྱ་མཚོ་སྟེ་འདི་ནི་རྒྱ་  
 གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱ་མོ། དཔེར་ན་ཟབ་པས་རྒྱ་མཚོ་  
 ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་བསྟུར་ཞིང་དེ་ལྟར་བཞེད་པས་  
 སོ། དེའི་ཆོ་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་ཉིད་རྒྱ་དེ་ལས་  
 འབྱུང་བའི་འབྲེལ་པ་མ་གྲུབ་པའང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་པོ་  
 ཟླ་བ་དང་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དེ་རྣམས། རྒྱ་  
 མཇོས་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། དེ་ལྟར་གཞུང་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་པས་མཚོན་  
 རས། ཇི་སྐད་དུ། དཔེ་ཡི་རྣམ་ཏྟིག་རྣམས། མཐའ་ཡོད་  
 མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་མཚོན་པའི་ཕྱིར་དུ་དཔག་  
 བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་གྱི་ཏྟིགས་བཟོད་

ཡལ་འདབ་དུ། ཡལ་ཕྱིན་བྱང་པར་གྲགས་པ་ནི། །གཉིས་  
 ཉིད་བཟང་པོའི་སྐྱེ་བ་ལ། །སྐྱིན་པས་ལག་བརྒྱན་འཇིག་  
 ཉེན་ན། །བྱོད་དང་མཐོ་བརྟན་སྤང་འདོའོ། །ཞེས་སྐྱར་  
 རྒྱན་གྱི་སྒྲ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་དང་། ཡང་སྐྱ་གཞོན་ནུའི་  
 ཉོགས་བརྗོད་ཡལ་འདབ་དུ། བཞིན་རས་མཛེས་ཤིང་  
 སྐྱན་ཡངས་པ། །སྒྲ་བ་ཉ་དང་པད་ཅ་དག། །འགྲོགས་པ་  
 བཞིན་དུ་བདེ་སྟར་བའི། །རྒྱལ་བ་དེར་ནི་མཐོང་བར་  
 གྱུར། །ཅེས་དང་། རྒྱགས་ཤོད་པ་ཆོས་དབང་གྲགས་པས་  
 རྗེ་མི་ལའི་བསྟོད་པར། །འཕོང་སྐྱེན་དགའ་བྱེད་མདའ་  
 ཡིས་འབོད་སྒྲོགས་ཀྱི། །རི་དྲགས་མཆོག་དེ་བཟུང་བར་  
 མ་རྒྱས་ཀྱང་། །བྱོད་གྱི་སྟོང་སྟོབས་མཆོན་ཆས་ཉོན་  
 མོངས་ཀྱི། །དག་དེ་སྐྱད་ཅིག་གཅིག་ལ་ཐལ་བར་བརྒྱག།  
 ཅེས་པ་ལྟ་བུ་མི་མཐུན་པའི་དཔེ་དང་། ཟུར་མཁར་བའི་  
 འཕྲིན་ཡིག་མཛའ་པོའི་རྒྱན་དུ། རྒྱགས་དང་མཆོ་འགམ་  
 རྣམས་སུ་རྒྱ་བའི་ཆོ། །ཁུ་སྐྱེས་མཐའ་དག་ཀྱན་དུ་རྒྱས་

བྱེད་པ། །ཉིན་མོ་ས་ལ་རྒྱ་བའི་ཟླ་འོད་འདིས། །བདག་གི་  
ལྷས་ཀྱང་གེ་ལ་ཤ་བཞིན་བྱས། །ཞེས་པ་སྟོན་མེད་པའི་  
དཔེར་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །

དཔེའི་སྟོན་ཡོན་དབྱེད་པ།

གསུམ་པ་དཔེའི་སྟོན་ཡོན་དབྱེད་པ་ལ། སྟོན་ལྟར་སྤང་  
ཡང་སྟོན་དུ་མི་འགོ་བས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བྱ་  
མི་འདོད་པ་ནི།

སྟོ་ལྟན་མི་དབྱེས་མེད་གང་ལ། །

ངས་པར་དཔེ་ཡི་སྟོན་དག་ནི། །

ཐ་དད་རྟགས་དང་ཆོག་ལ་མེད། །

དམན་དང་ལྷག་པ་ཉིད་ལའང་མེད། །

མ་ནིང་འདི་འགོ་བུད་མེད་བཞིན། །

བུད་མེད་འདི་སྤྲོ་སྤྲོས་པ་བཞིན། །

བདག་གི་གྲོགས་འདི་སྤྲོ་རྣམས་བཞིན། །

རིག་པ་རྣམས་བསྐྱབ་ཅོར་བཞིན་ནོ། །

ས་གཞི་སྤྱོད་བ་སྤྱོད་བཞིན་དུ། །

སྤྲ་ཡི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་མཛེས། །

ཆ་ཟེར་ཅན་གྱི་རྒྱས་པ་ལ། །

མི་བདག་གཟེ་ཡིས་འགོང་པར་རྒྱས། །

ཞེས་པ་དེ་སྤྲ་བུ་ལ་སོགས། །

སྐལ་བཟང་ནམ་ཡང་གཏོང་མིན་ཉིད། །

བད་སྤྱོད་པའི་བསྟན་བཅས་རྣམས་དང་། རྒྱན་གྱི་  
བསྟན་བཅས་ལ་སོགས་པའི་གནས་རྣམས་ལ་མཆོག་གི་  
གཞུང་ལས་ཇི་ལྟར་ཇེས་སུ་བསྟན་པ་དང་མཐུན་པའི་

སྤང་སྤང་གི་གནད་ཇི་བཞིན་རིག་པའི་སྒོ་ལྟན་སྟན་  
 ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་དབྱང་ན་སྒྱུན་དུ་མི་  
 མཐོང་ཞིང་ཐོས་ན་མི་མཛེས་པའི་སྒོ་མི་སྐྱེ་བས་མི་  
 དབྱེས་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་རྣམ་པ་སྒྱུན་  
 ལྟར་སྤང་བ་རྟགས་ཐ་དད་པ་སྟེ། དཔེ་ཅན་གཞལ་བུ་  
 དང་དཔེ་འཇལ་བུ་དག་ཉིས་རྟགས་ཐ་དད་པར་སྤང་  
 བས་རྟགས་འབྲུགས་པ་དང་། མང་ཆོག་དང་ཉུང་ཆོག་  
 ཐ་དད་པས་ཆོག་འབྲུགས་པ་དང་། དཔེ་དོན་དམན་  
 ལྟག་ཏུ་ཅང་འགྱངས་ཆེས་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བའི་སྒྱུན་དུ་མི་བཅི་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་དེ་  
 དཔེར་ན། མ་ནིང་འདི་འགོ་ཚུལ་བུ་མེད་བཞིན་དུ་  
 མཛེས་སོ་ཞེས་པའི་དཔེ་ཅན་མ་ནིང་གི་སྐད་དོད་ལ་  
 རྟོག་ཡོད་ཞེས་མ་ནིང་གི་རྟགས་དང་དཔེ་བུ་མེད་ཀྱི་  
 སྐད་དོད་ལ་སྐྱེ་ཞེས་མོ་རྟགས། དེ་བཞིན་དུ་བུ་མེད་  
 འདི་སྐྱབས་པ་ཏུ་ཅང་ཆེ་བས་སྐྱེས་པ་བཞིན་དུ་སྤྲོ་

ཞེས་པའི་དཔེ་ཅན་བྱང་མེད་ཀྱི་སྐད་དོད་ལ་སྒར་  
 བཞིན་སྒྲིལ་ཞེས་མོ་རྟགས་དང་། དཔེ་སྒྲིལ་པའི་སྐད་དོད་  
 ལུ་ལྷན་ལ་སྒྲིལ་བྱེས་ནས་ཨི་བ་དང་མཆོམས་སྒྱུར་བ་པོ་  
 རྟགས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུ་དཔེ་དཔེ་ཅན་རྟགས་ཐ་དད་ཀྱང་  
 སྒྲིལ་མེད་དུ་འགྱུར་བའི་དཔེར་བཞིན་པ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ་བདག་གི་གྲོགས་འདི་ཞེས་དཔེ་ཅན་གྲོགས་ནི་  
 བཞིན་པར་འདོད་པ་གཅིག་ལས་མེད་པས་གཅིག་ཆོག་  
 དང་། སྒྲོག་ལ་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མང་ཆོག་ལས་གཞན་མི་  
 ཐོབ་པ་བཅས་སྒྲིལ་པའི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལས་བཤད་  
 པའི་ངེས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟོག་གི་དང་བཅས་སྒྲིལ་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་རིག་པ་རྣམས་ཞེས་དཔེ་ཅན་ལ་མང་  
 ཆོག་དང་། འོར་བཞིན་ཞེས་དཔེ་ལ་གཅིག་ཆོག་སྒྱུར་བ་  
 ལྟ་བུ་དཔེ་དཔེ་ཅན་ཆོག་ཐ་དད་ཀྱང་སྒྲིལ་མེད་པའི་  
 དཔེ་དང་། ཀྱེ་ས་གཞི་སྒྲིལ་བ་ཞེས་བོད་ནས་རྒྱལ་པོ་  
 ཁྱོད་བཞིན་དུ་ལྷོ་རི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་པར་མཛོས་སོ་ཞེས་



དཔེ་དམན་པས་དོན་ལྷག་པ་འཇལ་བ་འདི་ལྷ་བྱ་ཡང་  
 བསྐྱོག་པའི་དཔེ་ཡིན་པས་སྒྱུན་མེད་ཅིང་། ཚ་ཟེར་ཅན་  
 ཉི་མའི་རྒྱས་པ་ལ་མི་བདག་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་གཟི་བརྒྱུད་  
 ཀྱིས་འགོང་པར་རྒྱས་སོ་ཞེས་ལྷག་པས་དམན་པ་འཇལ་  
 བའང་རྒྱལ་པོ་ལ་བསྐྱོད་པའི་སྐབས་སུ་སྒྱུན་མེད་པ་སྟེ།  
 དེ་དག་ནི་གཞལ་བྱ་དོན་དང་འཇལ་བྱེད་དཔེ་གཉིས་  
 པོ་མཆོག་དམན་འབྱུངས་ཆེས་པ་ལྷར་སྒྲུང་ནའང་དོན་  
 དུ་སྒྱུན་མེད་པའི་དཔེའོ། །སྐབས་འདིར་དཔང་རྟེན་ཏུ་  
 དེ་བཞིན་བཤད་པ་ལ། མཁས་པ་བྱུར་མཁར་བས་དོགས་  
 སྒྲུང་གི་རིག་པ་འགའ་ཞིག་བཀོད་ནས་བསྐྱོག་པའི་དཔེ་  
 ཡིན་པར་འཆད་ན་མི་འཐད་གསུངས་ཀྱང་། མི་འཐད་  
 པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་དེ་བསྐྱོག་པའི་དཔེ་ལའང་། ཁྱོད་ཀྱི་  
 གདོང་བཞིན་པར་ཞི། །རྣམ་པར་རྒྱས་པར་གྱུར་ཅིས་  
 དཔེ་དཔེ་ཅན་གཞལ་བྱ་དང་འཇལ་བྱེད་ཡོངས་གྲགས་  
 ལས་གོ་བསྐྱོག་པས་དཔེ་གདོང་དང་དཔེ་ཅན་པར་ཡིན་

བ་ལྷ་རྩམས་ཀྱང་། རྟོན་གྱི་བརྗོད་འདོད་གཤོད་གི་  
 མཛེས་པ་ལ་བསྟོད་པས་དེ་ཉིད་དཔེ་ཅན་ལས་མི་  
 འདམ། འདྲིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་དཔེ་དང་ལྷ་  
 དབང་དཔེ་ཅན་ལྷ་རྩམ་ཆོག་རྒྱན་གྱི་དབང་གི་རྩམས་ཀྱང་།  
 བརྗོད་འདོད་གྱི་རྟོན་དངོས་མི་བདག་དཔེ་ཅན་ལས་མི་  
 འདམ་བས། ཟུར་མཁར་བའི་གསུང་དེ་དག་མགོ་ཚིངས་  
 པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཅིམ་ལས་སྟོང་པོས་དབེན་  
 རོ། །གཞན་ཡང་བོད་འབྲེལ་མང་པོར། བདག་གི་གྲོགས་  
 འདི་ཆེ་རབས་དུ་མའི་སློག་རྣམས་བཞིན་རོ། །ཞེས་བྲིས་  
 པའང་སློག་ལ་མང་ཆོག་ཁོ་ན་ལས་གཞན་མི་འཇུག་པ་  
 མ་དགོངས་པའི་གསུངས་ཅིམ་དང་། རྟོར་བཞིན་ཞེས་  
 པའང་རང་ལ་བདོག་པའི་རྟོར་རྩམ་ལ་གཅིག་ཆོག་སྤྱར་  
 བ་ཅིམ་ཡིན་གྱི། རྟོར་བྱ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་བཀྲལ་བའང་  
 རྟོག་བཟོ་ཁོ་ན་རོ། །དེས་ན་དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་  
 ལྷ་བྱའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ནི་མཁས་པས་ཐོས་ན་མི་

མཛེས་པའི་སྒོ་མི་སྒྲེ་ཞིང་ཡིད་འབྱུང་བར་མི་བྱེད་པར་  
ཡིད་འཕྲོག་པར་བྱེད་པས་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཉིད་ཡིན་  
ནོ།།

དེ་ལས་བསྒྲོག་པ་སྤང་བྱར་འདོད་པ་ནི།

སྦྱར་བ་འགའ་ལ་ངག་རིག་རྣམས། །

མི་དགུས་པ་ཡོད་ཇི་ལྟར་ན། །

ངང་མོ་བཞིན་དུ་ཟླ་བ་དཀར། །

མཚོ་རྣམས་བཞིན་དུ་མཁའ་དྲི་མེད། །

བྱི་བཞིན་དཔའ་བོ་རྗེ་ལ་གུས། །

ཉི་མ་བཞིན་དུ་མེ་བྱིར་གསལ། །

འདི་འདྲ་སྤངས་ཏེ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །

རྒྱ་ཡང་འདིར་ནི་བསམ་པར་བྱོས། །

ཏྲགས་དང་ཆོག་ཐ་དད་པ་དང་། དཔེ་དོན་མཆོག་  
 དམན་འགྲུངས་ཆེས་པའི་སྦྱར་བ་འགའ་ལ་མི་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་སྦྱར་མ་ཤེས་པས། སློ་ལྷན་སྟན་ངག་རིག་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་ཞིང་ཐོས་ན་མི་དགུས་ཤིང་མི་སྟན་  
 པར་སྤང་བའི་སློ་སྦྱོས་པས་སྤང་བྱར་འགྱུར་བའང་ཡོད་  
 དེ། ངང་མོ་ཞེས་དཔེ་ལ་མོ་ཏྲགས་དང་ཟླ་བ་ཞེས་དཔེ་  
 ཅན་ལ་སྦྱོས་པའི་ཏྲགས་ཐ་དད་པ་ལྟ་བུ་ཏྲགས་ཐ་དད་  
 པའི་སྦྱོན་དང་། མཆོ་རྣམས་ཞེས་དཔེ་ལ་མང་ཆོག་དང་།  
 མཁའ་དྲི་མེད་ཅེས་དཔེ་ཅན་ལ་གཅིག་ཆོག་སྦྱར་བ་ལྟ་  
 བུ་ཆོག་ཐ་དད་པའི་སྦྱོན་དང་། བྱི་བཞིན་ཞེས་འཇལ་  
 བྱེད་ཀྱི་དཔེ་རིགས་དམན་པའི་མཐར་ཐུག་པས་དཔའ་  
 བོ་རྩེ་ལ་གྲུས་ཞེས་དོན་ལྷག་པར་འཇལ་བ་དང་། ཉི་མ་  
 བཞིན་དུ་ཞེས་དཔེ་ལྷག་པ་འོད་དམ་སྤང་བ་ཀྱན་གྱི་  
 བདག་པོ་ཉི་མས་མེ་བྱེར་གསལ་ཞེས་དོན་དམན་པའི་  
 མཐར་ཐུག་སྟོན་བུ་མེ་བྱེར་གྱི་འོད་འཇལ་བ་ལྟ་བུ་དཔེ་

དོན་མཆོག་དམན་འགྲངས་ཆེས་པའི་སྐྱོན་ཏེ། དེ་ལྟ་  
 བྱས་མཆོན་པར་བྱས་པའི་སྐྱོན་རྣམས་མཁས་པ་སྟན་  
 ངག་སྐྱོར་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱའོ། །དེ་ཡང་དེ་ལྟར་  
 ཏྲགས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་པ་ཡིན་མཉམ་ལ། །མ་ནིང་  
 འདི་འགོ་སོགས་སྐྱོན་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་། ངང་མོ་བཞིན་  
 དུ་སོགས་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བས་སྤང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་  
 ཅི་ཞེ་ན། མ་ནིང་འདི་འགོ་སོགས་ནི་དཔེ་དཔེ་ཅན་རང་  
 བཞིན་གྱི་ཏྲགས་ཐ་དད་ཡིན་ཀྱང་། མ་ནིང་འཕྱོར་སྒྲིག་  
 གིས་འགོ་བ་བྱད་མེད་དཔེར་བྱས་པ་དང་། བྱད་མེད་  
 སྒྲིབས་པ་ཆེན་པོས་སྒྲིབ་སྒྲིས་པ་དཔེར་བྱས་པ་དགོས་  
 པའི་དབང་གིས་སྐྱོན་མེད། ངང་མོ་བཞིན་དུ་སོགས་ནི་  
 དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་ཏྲགས་མཚུངས་པ་ཅི་རིགས་སུ་སྐྱུར་  
 ཆོག་པ་ལ། དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་ཏྲགས་མི་མཚུངས་པར་  
 ཆེད་དུ་སྐྱུར་བ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་རྣ་བར་མི་  
 སྟན་པས་སྐྱོན་ཉིད་དོ། །མཆོ་རྣམས་བཞིན་དུ་སོགས་ནི་

520

དབྱུང་ན་སྒྲིན་གྱི་གངས་སུ་བགང་རིགས་པ་ནི་དོར་བྱ་  
 དང་། དེ་ལས་ཕྱོག་པ་སྒང་བྱར་རིགས་པས། གཞུང་  
 འདིར་དཔེར་བཅོལ་པ་འདིས་མཚན་ནས་སྒང་དོར་གྱི་  
 ཡུལ་གང་ཡིན་པ་སྟན་ངག་མཐན་མཐས་པ་རང་ཉིད་  
 ཁོ་ནས་བསམ་ཞིང་དབྱུང་པའི་སྒྲིན་སྒྲིན་ཡོན་གྱི་  
 དབྱེ་བ་བྱེ་དགོས་པ་ལས་མཚན་ཉིད་འདི་ལྟ་བུའོ་ཞེས་  
 མཐའ་གཅིག་ཏུ་ངེས་བཟུང་བྱས་ནས་བསྟན་ཏུ་ཡོད་པ་  
 ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ས་པརྟེ་ཏས། རྩ་སྒྱུར་བྱེ་ལ་  
 ཚེས་རྒྱན་དག། སྒྲ་མེད་འཇབ་ཅིང་འགོ་བ་ཡིས། མངོན་  
 པར་འདོད་པའི་དོན་སྒྱབ་པ། རྩུབ་པས་ཏྲག་ཏུ་དེ་  
 བཞིན་སྒྱུད། ཁེས་བྱ་བའང་དོན་ལ་སྒྲིན་ཅི་ཡང་མེད་  
 མོད་སྟན་ངག་གི་སྐབས་ཡིན་ན་མུ་སྟེགས་དག་གིས་  
 ཁྱོད་གྱི་ཐུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྱུད་དམ་ཞེས་ཅི་འདྲིའི་དོགས་  
 པ་དང་། སྒྲིས་རབས་ལས་བྱང་རྩུབ་སེམས་དཔའ་ཉའི་  
 རྩུལ་པོས་སྒྲས་པ། ཁྱ་ནམས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་མེད་པར་

མཛོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 ཆོག་གི་རྒྱན་དུ་མི་མཛོས་ཏེ། ལ་ཡི་འཇིགས་པ་འདི་  
 ལས་བདག་ཅག་སྐྱབ། །ཅེས་བཛོད་ན་མཛོས་པར་  
 མངོན་ལོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །སྐབས་འདིར་ཡང་  
 གཞུང་གིས་སྐྱོན་ཅན་དུ་དཔེར་བཛོད་པ། ངང་མོ་  
 སོགས་སྐྱོན་མེད་དུ་བཛོད་པར་འདོད་ན། སློབ་དཔོན་  
 རང་གིས། ལྷ་བ་ངང་པ་བཞིན་དུ་སྤང་། །ནམ་མཁའ་  
 མཆོ་ལྟར་དྲི་མ་མེད། །དཔའ་བོ་གཉེན་ལྟར་གཉེན་  
 གཤེན་ཏེ། །མི་བྱེད་སྐྱོན་མ་བཞིན་དུ་སྤང་། །ཞེས་སྐྱུར་ན་  
 རུང་བར་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟ་བུའི་གནད་མ་  
 དགོངས་པར་སྤར་ཐང་པ་སྒྲུ་གླེས། དོན་དམན་པ་དེ་  
 ལ་བསྟོད་པ་བཛོད་པའི་སྐབས་ཡིན་ན་ཏྟགས་དང་ཆོག་  
 འཁྱུགས་པ་དང་། དཔེ་དོན་མཆོག་དམན་འགྱུངས་པ་  
 སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྐྱོན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་སྐབས་  
 ཡོད་པར་བཤད་ནས། ངང་མོ་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་



སྒྲུང་། །མཚོ་རྣམས་མཁའ་ལྷན་དྲི་མ་མེད། །བྱི་ནི་དཔའ་  
 བོ་བཞིན་དུ་དཔའ། །མེ་བྱེར་ཉི་མའི་འོད་ལ་  
 འགྲན། །སོགས་ཀྱི་དཔའ་བརྗོད་དང་། རང་ལྷོ་ལྷོ་  
 མེད་ཀྱི་དཔའ་བརྗོད་ལྷན་སྦྲས་ཟེན་དེ་ཉིད་དཔང་རྒྱལ་  
 ཏུ་དྲངས་པ་ལ་ཡང་དགག་པ་མཛད་པ་སོགས་གཞུང་  
 འོན་དང་འགལ་བའི་རྣམས་མ་ཅི་ཡང་བསྐྱངས་པ་ནི་  
 རང་ལ་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་ཐུགས་ལ་  
 གང་ཤར་གྱི་གསུང་བབ་ཅོལ་དུ་བྱོན་པས། རྒྱ་གར་བའི་  
 པར་ཀྱི་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའང་དགག་པ་མཛད་པ་  
 སོགས་ནི་དམ་པའི་སྐྱེས་བུས་ཀྱང་སྐྱེགས་དུས་པའི་སྦྱོད་  
 ཚུལ་དང་བསྐྱེད་ནས་ཐུགས་ཀྱི་ཏམ་པ་བསྐྱེད་དེ་སྒྲན་  
 ངག་གི་ལུགས་སྒྲོལ་ཆེན་པོ་ལ་དབང་བཟུང་ཅོལ་དུ་བཟང་  
 ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཞན་གང་ཡང་མེད། དེས་ན་གཞུང་དང་  
 རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ལྷན་མེད་གཙང་མའི་རྗེས་སུ་  
 དཔྱོད་ལྷན་གྱི་མཁས་པ་ཡོད་ན་འབྲང་བར་རིགས་

སོ། །གཞན་ཡང་དཔང་རྒྱུ་དུ། འདིས་ནི་དཔེའི་སྒྲིན་  
 དམན་པ་ཉིད་དང་། མི་སྤྱིད་པ་དང་། ཏྲགས་དང་།  
 ཆོག་ཐ་དད་པ་དང་། ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་། དཔེ་ལྷག་པ་  
 ཉིད་དང་། མི་འདྲ་བ་སྟེ་བདུན་འདོད་པ་མ་ངེས་པར་  
 བསྟན་ཏོ་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཡང་སྒྲིན་བདུན་པོ་དེ་  
 གཞན་ལས་བཤད་ཀྱང་འདིར་སྒྲིན་དུ་འདོད་པ་མ་ངེས་  
 པར་སྒྲིན་པ་སྟེ་སྤྱིད་མིན་གྱི་དཔེས་མི་སྤྱིད་པ་སྒྲིན་དུ་མི་  
 འདོད་པ་དང་། བསྐྱོག་པའི་དཔེས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དང་།  
 ལུ་ལོ་མ་དབྱ་སོགས་ཀྱིས་དཔེ་ལྷག་པ་སྒྲིན་དུ་མི་བཞེད་  
 པར་གོ་རུས་ཤིང་། དེས་ན་གཞུང་འདིར་སྤྱིའི་སྒྲིན་གྲོང་  
 པའི་ཆོག་གི་སྤང་བྱ་སྤར་ལེན་དང་པོར་བསྟན་ཟིན།  
 སྒྲིན་བརྩུ་ལ་སོགས་པ་ལེན་ཐ་མར་སྒྲིན་པར་འགྱུར་  
 ཞིང་། འདིར་ནི་སྤང་བྱའི་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་ཏྲགས་ཐ་  
 དད་པ་དང་། ཆོག་ཐ་དད་པ་དང་། དཔེ་དོན་མཆོག་

དམན་འགྲུངས་ཆེས་པ་སྟེ་གསུམ་དུ་བསྐྱས་ནས་བསྟན་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དེས་མ་འདུས་པ་མེད་དོ།

མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུའི་རྣམ་གྲངས་སྟེར་བསྟན་  
པ།

བཞི་པ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུའི་རྣམ་གྲངས་  
བཤད་པ་ལ་གཞུང་ཆོག་ཤོད་དཔང་སོགས་ལོ་ཙྰ་བ་  
སྟོན་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་དོད་མ་བྱབ་པར་བོད་  
སྐད་ལ་ཡང་ཡང་སྒྲིམ་དགོས་བྱུང་བ་འབྲེལ་མེད་དུ་  
གཟིགས་ནས། བཞིན་ལྟར་ལྟ་བུ་ཇི་ལྟར་སྟེ། །མཐུན་  
མཚུངས་སན་ནི་སྟ་དང་མཉམ། །སྟ་གོ་བྱ་དང་རྟེ་ཀྱ་  
ཤ། །རབ་གསལ་བྲ་ཏི་རུ་པ་ཀ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཕལ་  
ཆེར་རྒྱ་སྐད་སོར་བཞག། སྟ་མི་སྒྲིམ་པ་རྣམས་བོད་སྐད་  
དུ་བསྐྱར་བ་ཙམ་ཡོད་ལ། ཕྱིས་སྟར་བང་ལོ་ཙྰ་བ་སྟེ་པ་  
སྟེ་སྟེས་ཐམས་ཅད་རྫོགས་པར་བསྐྱར་ཅིང་གྲངས་

གྲང་བྱུག་ཅུ་ཙ་ལྷར་བཤད། དེ་ལའང་སྡེ་ཚན་བཞིར་བྱེ་  
 རྟེ་རྗེས་སུ་སྦྱ་བ་ཡན་ཆད་དཔེ་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
 ཉེར་གཉིས། འགྲེལ་པས་བསྟན་པའི་གྲིབ་མ་ཐུན་མོང་  
 ཡན་ཆད་འདྲ་བའི་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པ་བཙུ་བརྟུད།  
 མི་བཟོད་ཡན་ཆད་དཔེ་རྒྱན་གསལ་བྱེད་བཙུ་ལ།  
 ཡོངས་སུ་རྗོགས་པ་རྗེས་སུ་བྱེད་ཡན་ཆད་དེ་ལྟ་བུ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲ་བརྒྱ་ཞེས་བཤད་པ་ཡོངས་རྗོགས་བསྐྱར་  
 བས་བོད་ཀྱིས་གོ་བདེ་ཞིང་རྣམ་པ་གསལ་དུ་སོང་བའི་  
 བཀའ་དྲིན་བྱེ་རབས་པ་ཀུན་ལ་བྱུང་འདུག་ཅིང་། འོན་  
 གྲང་འདི་ལའང་མཉམ་དང་འདྲ་དང་མཚུངས་ལ་  
 སོགས་པ་སྒྲ་རྒྱས་པ་ནི་མང་དུ་ཡོད་པ་འདིར་ཟད། རྗེ་  
 ཚན་བཞིར་བྱེ་བ་ནི་གསར་བཟོ་ཙམ་སྟེ་རྒྱ་གར་བ་ལ་ཡེ་  
 མ་གྲགས། རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ན་སྡེ་ཚན་གཉིས་སུ་བྱེས་  
 ནས་ཡོད་པ་འོག་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་བ་ལྟར་ལ།  
 འདིར་ཡང་བོད་བྱེ་རབས་པ་ལ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་

གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་གྱི་གངས་དུག་ཅུ་ཙ་ལྷ་ལྷ་  
འགྲེལ་གྱི་ལྷགས་བཞིན་སྒྲེ་ཆོན་གཉིས་སུ་ཕྱེ་ནས་འཆད་  
ན། དང་པོ་ནི་འདི་ལྷ་སྒྲེ།

བཞིན་ལྷར་ལྷ་བྱ་ཇི་ལྷར་སྒྲེ།

མཐུན་མཆུངས་ཡང་དག་མཆུངས་དང་མཉམ།

ཡང་དག་གསལ་དང་ངེས་པར་གསལ།

རབ་གསལ་གཟུགས་ཀྱི་ཟླ་པོ་དང་།

གཉེན་པོ་དང་ནི་དག་ཟླ་དང་།

སོ་སོར་རྟོག་དང་འགལ་དང་འདྲ།

བལྟ་བཅས་དང་ནི་བསྐྱུ་བ་དང་།

རིགས་མཐུན་རྗེས་སུ་སྒྲེ་བ་དང་།

གཟུགས་བརྟན་དང་ནི་སོ་སོར་སྒྲེ་བ།

གཟུགས་མཚུངས་མཉམ་དང་ཡང་དག་འཇལ། །

མཚན་ཉིད་མཐུན་འདྲ་མཚུངས་པ་དང་། །

མཐུན་སྒྲིགས་དཔེར་བྱས་དཔེ་དང་རྟོག།

དམན་དང་ཅུང་ཟད་དམན་སོགས་དང་། །

རབ་ཏུ་སྤྱོད་དང་སོ་སོར་བསྒྲིག།

རིགས་མཐུན་མཉམ་བྱས་སྤྱོད་དག་དང་། །

གང་ཡང་དམན་མིན་དོན་ཅན་ཆོག།

འབྲུ་མང་པོ་ཡི་ཆོག་སྤྱད་ནི། །

རི་བོང་མཚན་མའི་གདོང་ཅན་སོགས། །

འགྲན་དང་རྒྱལ་དང་སྤང་བ་དང་། །

འཁུ་དང་མི་མཐུན་སྒྲིགས་པ་དང་། །

འཐབ་པ་དང་ནི་འཕྱ་བ་དང་། །

སྒྲ་འབེབས་བྱེད་དང་སྒྲིད་པ་དང་། །

ཙ་འདྲི་བ་དང་འགོག་པ་དང་། །

དགོད་དང་ཕྱག་དོག་མི་བཟོད་དང་། །

ཞེས་པ་རྣམས་སོ། །

གཉིས་པ་ནི།

དེ་ཡི་སྐལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་། །

དེ་ཡི་མཛེས་པ་བྱམ་བྱེད་དང་། །

དེ་དང་འགྲན་ལས་ཚར་གཙོད་དང་། །

དེ་དང་མཚུངས་ལས་སྟག་པར་འཛོགས། །

དེ་ཡི་རྗེས་སུ་རྐང་འཛོག་དང་། །





བསྐྱངས་དགོས་པའི་རིགས་ལ་རང་སྒོས་གསར་དུ་སྦྱར་

ཏེ་རེ་རེ་ནས་སྦྱར་བ་དཔེར་བཅིང་ན།

མཚར་སྒྲུག་ལང་ཚོ་རྫོགས་པའི་གདོང་། །

ཉ་རྒྱས་ཟླ་བ་དག་པ་བཞིན། །

ཞེས་པ་བཞིན་དང་།

དྲི་ཟའི་ཕང་པར་འཛེགས་འོས་པའི། །

སྒྲུ་དབྱངས་སྟན་པ་རྒྱད་མངས་ལྟར། །

ཞེས་པས་ལྟར་དང་།

གཟི་བཅིང་མཚུངས་པ་མེད་པའི་བྱིན། །

ཉི་མ་ལྟ་བུར་ལྟམ་མེར་འབར། །

ཞེས་པས་ལྟ་བུ་དང་།

ནམ་མཁའི་པ་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར། །

ཟབ་ཡངས་མཁྱེན་པའི་མཐའ་མི་མངོན། །

ཞེས་པས་ཇི་ལྟར་དང་།

དག་ཅིང་བཟང་བའི་སྒྱུད་པ་འདི། །

འཛམ་བུ་ཆུ་བོའི་གསེར་དང་མཐུན། །

ཞེས་པས་མཐུན་དང་།

ལང་ཚོ་ཅན་དང་མངེས་མའི་དཔལ། །

དགའ་དང་གྲགས་པ་འགྲོགས་པས་མཚུངས། །

ཞེས་མཚུངས་པ་དང་།

རོལ་བཅས་དགོད་པ་ཅེ་དགའི་འཇུམ། །

གྲུང་ལྷོ་ཕུང་པོར་ཡང་དག་མཚུངས། །

ཞེས་ཡང་དག་མཚུངས་དང་།

རིན་ཆེན་ཁང་བཟང་བཅུགས་པའི་སྟོ། །

མཐོར་བསྐྱེགས་སྟུན་པའི་སྤྱིད་དང་མཉམ། །

ཞེས་མཉམ་པ་དང་།

བཅུན་མའི་མཆར་སྟུག་བཞིན་རས་ཀྱིས། །

ཟླ་བའི་མཛེས་པ་ཡང་དག་གསལ། །

ཞེས་ཡང་དག་གསལ་དང་།

གངས་མེད་འཁོར་གྱི་འདུ་འགོད་འདིས། །

རྒྱ་དཀར་ཕྱེད་བ་ངེས་པར་གསལ། །

ཞེས་ངེས་པར་གསལ་དང་།

མཁུར་ཆོས་དཀར་དམར་འཇུག་འོད་ཀྱིས། །

པར་གཞོན་ཅུའི་དཔལ་རབ་གསལ། །

ཞེས་རབ་གསལ་དང་།

གེ་ལ་ཤ་ཡི་ས་འཛིན་དབང་། །

སྤང་པོ་འདི་ཡི་གཟུགས་ཀྱི་ཟླ། །

ཞེས་གཟུགས་ཀྱི་ཟླ་པོ་དང་།

གཞོན་ནུའི་འགམ་པ་རབ་མཛེས་པས། །

ཅས་པ་ཀ་འདབ་གཉེན་པོ་བྱེད། །

ཅས་གཉེན་པོ་དང་།

རིན་ཆེན་རྐང་གཏུབ་སིལ་སིལ་སྒྲ། །

འོག་ལྷགས་དྲིལ་བུའི་དག་ཟླ་བྱེད། །

ཅས་དག་ཟླ་དང་།

མཛེས་མའི་མཆུ་ཡི་སྒྲོས་དམར་དང་། །

བེལ་འི་ཡལ་འདབ་སོ་སོར་རྟོག།

ཅེས་སོ་སོར་རྟོག་དང།

འབྲམ་པ་བྱང་བའི་དབྱངས་ལྡན་པ།

སོ་གཉིས་འདི་དག་དབྱིད་དང་འགལ།

ཞེས་འགལ་བ་དང།

མི་བདག་གྲགས་པའི་ཁོར་ཡུག་ནི།

འཆི་མེད་ལམ་གྱི་མཐའ་དང་འདྲ།

ཞེས་འདྲ་བ་དང།

མཚར་སྟུག་ལྡན་པའི་སྒྲིན་མ་དག།

ཤུའྲལ་ནགས་སྒྲུང་འདྲ་བར་མཐོང།

འདི་ལྔར་བལྟ་བཅས་སུ་བསྐྱར་ཞིང་དེ་ཡང་བལྟ་དང་

བཅས་དང་ཞེས་བྲངས་གཉིས་སུ་འདྲེན་གྱང་། འདིའི་

ཀྱི་སྐད་ས་དྲི་ཤ་ཞེས་པའི་ས་འདྲ་བ་དང་། དྲི་ཤ་མཐོང་  
བའི་དོན་ཡིན་པས་འགྱུར་འདི་ལྟར་འཐད་ཅིང་། དེ་  
ཡང་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཐ་དད་དུ་སེམས་པ་  
ནི་ལེགས་སྒྱུར་ཀྱི་སྐད་ལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་སྒྱུངས་པའི་  
ནྟམ་པ་གཞན་ལ་གསལ་བར་འཆད་པའོ། །

གཞན་ཡང་།

ག་ཡུར་དོ་ཤལ་རབ་དགོད་པས། །

ཀྱི་སྐར་ཕྱེང་བའི་མཛེས་པ་བསྒྲ། །

ཞེས་བསྒྲ་བ་དང་།

སྦྱིན་མང་ག་དུང་མེད་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད། །

དཔག་བསམ་ཤིང་གི་རིགས་སུ་མཐུན། །

ཞེས་རིགས་མཐུན་དང་།

སྟན་པའི་ངག་ལྡན་བྱོང་གི་ཆོག།

དབྱངས་ཅན་གཏམ་གྱི་རྗེས་སུ་སྟ།

ཞེས་རྗེས་སུ་སྟ་བ་དང་།

སྟོན་མེད་ལུས་ཅན་མ་བྱོང་གི།

འདྲེན་བྱེད་པརྩའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན།

ཞེས་གཟུགས་བརྟན་དང་།

འོ་མ་འཛིན་པའི་ཁུར་ངག་དང་།

སྒང་ཆེན་མྱོས་བུམ་སོ་སོར་སྟེབ།

ཅེས་སོ་སོར་སྟེབ་པའོ། །དེ་ནས་རྒྱ་དཔེར་ས་རྒྱ་བ་ཞེས་

འབྱུང་བའི་ས་ནི་ས་མ་ནའི་ས་རྒྱ་བསྐྱར་བ་ཡིན་པས་

མཚུངས་པའི་དོན་དང་རྒྱ་བ་གཟུགས་ལ་འཇུག་པས་

གཟུགས་མཚུངས་སུ་བསྐྱར་ཆོག་ཀྱང་། སྟོན་འགོ་བ་

ཡབ་སྐུ་ཀྱི་སྒྲོ་བ་རྒྱུན་ལ་དེ་འོག་མ་གཉིས་ལ་འང་སྐྱར་  
 རྣམ་གཟུགས་མཉམ་པ་དང་། གཟུགས་ཡང་དག་པར་  
 འཇལ་བ་དང་། དེས་རིགས་བསྐྱེས་ནས་ས་ལ་ཁྱུ་ཧ་ཉེ་  
 མཚན་ཉིད་མཐུན་ཞེས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་འོག་  
 མ་གཉིས་ལ་སྐྱར་ནས་མཚན་ཉིད་འདྲ་བ་དང་མཚན་  
 ཉིད་མཚུངས་པ་སོགས་དཔེར་བརྗོད་པའི་སྒྲ་ལྟར་  
 འདུག་པ་གཞན་ལ་མེད་པའི་ལེགས་བཤད་ཡིན་  
 གསུངས་པ་འཐད་པར་མ་མཐོང་སྟེ། དེ་འདྲ་གཞུང་  
 དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་སྒྲ་མི་སྒྲིམ་  
 པའི་ཆེད་དུ་བསམ་ནའང་ད་དུང་སྒྲ་སྒྲིམ་པ་གཞན་དུ་  
 མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་འང་དེ་བཞིན་དུ་  
 སྒྱུར་དགོས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་ན་གཞུང་དོན་  
 ལས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་གྱུར་པའི་གསར་བཟོ་མང་པོས་  
 ལྟོད་གཞུག་པ་ལ་དགོས་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། རྒྱ་  
 བོད་ཀྱི་འགྲེལ་བ་གཞན་གང་ལས་ཀྱང་མ་བཤད་པར་



མ་ཟད། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ས་རྒྱ་པ་གཟུགས་མཚུངས།  
ས་མ་མཉམ་པ། ས་སྒྲི་རྩེ་ཡང་དག་འཇལ། ས་ལ་ཤྲ་ཏ་  
མཚན་ཉིད་མཐུན། ས་དྲི་ཤྲ་འདྲ། ཨ་སྒྲ་མཚུངས་པའི་  
སྐད་དོད་ཡིན་གྱི། གཟུགས་མཉམ་པ་དང་མཚན་ཉིད་  
འདྲ་བ་སོགས་སྒྲ་ཐབས་སུ་བསྒྲན་པས་ག་ལ་རུང་། དེས་  
ན་སྦྱོར་ཚུལ་འདི་ལྟར་བྱ་སྟེ།

སྒྲ་པོ་སྦྱོས་པའི་འགྲམ་ལངས་པ། །

དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་དང་གཟུགས་མཚུངས་ཉིད། །

ཅེས་གཟུགས་མཚུངས་དང་།

བསོད་ནམས་ཚོགས་ནི་གངས་མེད་པ། །

གསྒྲའི་སྒྲུང་གི་བྱེ་མར་མཉམ། །

ཞེས་མཉམ་པ་དང་།

མཐོན་མཐིང་རལ་པའི་ཐོར་ཅོག་གིས། །

དབང་སྒྲོན་སྒྲུན་པོ་ཡང་དག་འཇལ། །

ཞེས་ཡང་དག་འཇལ་དང་།

འཚོ་བྱེད་མཁས་པའི་སྒྲན་རྒྱས་དང་། །

འཆི་མེད་བདུད་ཅི་མཆོན་ཉིད་མཐུན། །

ཞེས་མཆོན་ཉིད་མཐུན་པ་དང་།

གྲིབ་མ་སྒྲུམ་པའི་ས་སྒྲིང་འདི། །

སྒྲོན་བཟང་རྒྱས་པའི་དཔལ་དང་འདྲ། །

ཞེས་འདྲ་བ་དང་།

གཟུགས་ཅན་མ་ཡི་བྱར་མིག་མདའ། །

ཡིད་སྤྲུབས་ལོངས་སྒྲིད་དག་དང་མཚུངས། །

ཞེས་མཚུངས་པ་དང་།

མཛེས་མའི་ཁ་ཡི་དྲི་ཞིམ་དང་། །

མཐུན་ཕྱོགས་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྩེ། །

ཞེས་མཐུན་ཕྱོགས་དང་།

ཟུངས་སྒྲོན་པོའི་ནགས་ཀྱི་ཚལ། །

ཁྱོད་ཀྱི་མིག་མཛེས་དཔེ་རུ་བྱས། །

ཞེས་དཔེར་བྱས་དང་།

ཨ་མའི་འབྲི་ཤིང་གཡོ་ལྷན་ནི། །

སྟག་གུ་མ་ཡི་གཟུགས་ཀྱི་དཔེ། །

ཞེས་དཔེ་དང་།

ཚེ་དགའ་རོལ་པའི་འཇུག་གི་འཕྲེང་། །

རབ་དཀར་ཁ་བའི་འོད་ལ་རྟོག།

ཅེས་རྟོག་པ་དང་།

དེ་ནས་རྒྱ་དཔེར་ཀམ་དེ་གྲེ་ཡ་དེ་གྲེ་དེ་ཞེས་འབྱུང་བ།  
ཚྲུ་པ་ནས་བཤད་པའི་ཀམ་དང་དེ་གྲེ་ཡ་དེ་གྲེ་  
རྒྱ་ཏེ་རྒྱ་གསུམ་པོ་བསྒྲིགས་ནས་བཞག་པ་ཙམ་ལས་  
མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲེ་སྒྲེ་དོད་གཞན་ཅི་ཡང་མེད།  
དེ་ཉིད་བོད་སྒྲེ་དུ་བསྒྱུར་བའི་ཆེ་དམན་པ་དང་། ཅུང་  
ཟད་དམན་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པ་ལ་དགོངས་ནས།  
དམན་དང་ཅུང་ཟད་དམན་སོགས་དང་། །ཞེས་བསྒྱུར་  
བ་ཡིན། རྒྱ་སྒྲེ་ལ་དེ་དཔེར་བཟོད་ན། ལྷ་ཁ་ཙུ་ཀམ་  
གདོང་ལྷ་བར་སེམས། ལྷ་ལྷ་ཙུ་དེ་གྲེ་ཡ། གདོང་ལྷ་བ་  
ལས་དམན། ལྷ་ཁ་ཙུ་དེ་གྲེ་ཡ། གདོང་ལྷ་བ་ལས་  
དམན། ལྷ་ཁ་ཙུ་དེ་གྲེ་གདོང་ལྷ་བ་ལས་ཅུང་ཟད་  
དམན་ཟེར་བ་ལྷ་བར་སྒྲེ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཉིད་བོད་ལ་

དཔེར་བཅོམ་ན་ཡང་། དཔེ་ཅན་དེ་དཔེ་དེ་ལས་ཅུང་  
 ཟད་དམན་ཞེས་བཅོམ་པའི་སྒྲིལ་ནས་དཔེ་དོན་གཉིས་  
 མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་དགོས་སྒྲུ་ཡིན་ཀྱང་། བོད་  
 འདིར་དཔེར་བཅོམ་བརྒྱུ་མཁས་པ་ཀུན་ལ་དེ་ཉིད་དཔེ་  
 དོན་སྒྲུར་ལུགས་གྲ་བསྒྲེག་ནས་དཔེ་དོན་དེ་ལས་ཅུང་  
 ཟད་དམན་པའི་དོན་དུ་སྒྲུར་འདུག་པ་དཔེ་ཅན་ལ་  
 བསྟོད་ལུ་ཆེར་སོང་བས་རྣམ་པ་མཛེས་པར་སྒྲུང་ཡང་  
 གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དང་སྒྲུ་དཔེའི་རྒྱུ་སྒྲུར་ཚུལ་ལ་  
 འགལ་བར་སྒྲུང་བས། འདིར་སྒྲུ་གར་བའི་ལུགས་དང་  
 བསྒྲུན་ནས་བོད་སྐད་ལ་དཔེར་བཅོམ་ན།

ཆེན་པོའི་རལ་པར་རྟག་ཉལ་བའི། །

ཞབས་སེན་ལྷ་ཆོས་གཞོན་རྒྱུར་སེམས། །

ཞེས་དང་།

མཐུན་གྲོགས་དགའ་བའི་འཇུག་མདངས་འོད། །

ཟླ་བའི་འོད་ལས་དམན་པ་ཙམ། །

ཞེས་དང་།

མཚུངས་པ་མེད་པའི་གཟེ་བྱེན་འདི། །

ཉི་མའི་འོད་ལས་ཅུང་ཟད་དམན། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

རྒྱ་འབྲེལ་དུ་ཅུང་ཟད་དམན་སྟོགས་ཀྱི་སྟོགས་ཁོངས་  
ནས་བསྟན་པ་བ་དུ་དང་ཇུ་ཉི་གཉིས་བཤད་པ། གཉིས་  
ཀ་ཡང་རྒྱེན་གྱི་རིགས་ཞིག་སྟེ། དེ་ཡང་བ་དུ་ནི་སྤྱི་ཁྱོད་པ་  
ལས་བཤད་པའི་རྒྱེན་བ་དུ་ཅུ་མིང་གི་མགོ་བོར་སྟེན་  
དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས། འབྲེལ་པར་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ལ་ཡང་།

ཀྱ་ཤ་ལོ་བ་རྩ་སྒྲ་ག་རྩི་ཡེ། །

དགོ་བ་རྩ་མཚོ་ལྷ་བུའི་གྲོགས་པོ་འདི། །

ཞེས་འབྱུང་བ་ལ་ཡང་། རྩ་མཚོའི་སྐད་དོད་ས་ག་རའི་  
མགོར་བ་རྩའི་རྩེན་བྱེན་པ་ཡིན། བོད་སྐད་ལ།

མཚོད་རྩ་རྩ་པ་མང་པོ་འདི། །

ཀྱན་བཟང་མཚོད་པའི་སྤྱིན་རྩ་མཚོ། །

ཞེས་པ་ལྷ་བུ། དེ་བཞིན་དུ་རྩ་ཏི་ཡང་དོན་གྲིས་ན་འདྲ་  
བའམ་མཚུངས་པའི་དོན་ཁོ་ན་ཡིན་ཀྱང་རེ་ཞིག་རིགས་

སྒྲ་བསྒྱུར་ན་འཐད་པས།

བད་སྤོད་གཞུང་བརྩ་སྒྲ་བ་ཁྱོད། །

ངེས་པར་ལྷ་ཡི་དྲང་སྤོད་རིགས། །

ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་སྟེ། ཕྱི་མ་འདི་གཉིས་འགྲེལ་བས་ཁ་  
བསྐྱངས་བ་ཡིན་པས་གཞུང་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་  
གྲངས་སུ་འདྲན་པར་མི་བྱའོ། །

དྲི་ཟའི་འཕང་འགྲོའི་དབྱངས་འདི་ནི། །

ཁུ་བྱུག་བྱ་མོ་རབ་ཏུ་སྟ། །

ཞེས་རབ་ཏུ་སྟ་བ་དང་།

གདོང་དང་ལྷ་བ་མིག་མཛེས་དང་། །

རི་དྲགས་མཚན་མས་སོ་སོར་བསྒྲེག།

ཅེས་སོ་སོར་བསྒྲེག་དང་།

ཡང་ས་མཚན་ཏེ་རིགས་མཐུན་ནི།

སྤེད་པའི་ཉོན་མོངས་འདི་དག་ཀྱན། །

ནག་པོ་བརྟེགས་པ་དང་རིགས་མཐུན། །



ཞེས་དང་། རྒྱ་སྐད་དུ། ཏུ་ལ་ཅེས་པ་སྤང་གི་མིང་སྟེ་ཏུ་  
ལེ་ཏྱི་ཞེས་པ་སྤང་ལ་བཏེག་ནས་དཔེ་དོན་གཉིས་  
མཚུངས་ཆོས་འདྲ་འདྲར་བྱས་པའི་དོན་ཡིན་པ་སྤར་  
མཉམ་བྱས་ཞེས་བསྒྱུར་བ་ལྟར་ན།

ནམ་མཁའི་བྱོན་དང་སེམས་ཅན་ཁམས། །

བྱོད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་མཐའ་མཉམ་བྱས། །

ཞེས་པ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་ལས་གཞན་གང་ཡང་དམན་པ་  
མིན་པ་མཚུངས་པའི་ཆོག་ཅི་ཡང་རུང་བ་ལ་སྒྱུར་ཞེས་  
གཞུང་ཆོག་གི་ཁ་འཕང་བ་མཆོན་བྱེད་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་  
འགྲེལ་དུ། ཆོས་མཐུན་པ་དང་། ཆོས་ཐུན་མོང་བ་དང་།  
གྲིབ་མ་མཚུངས་པ་སྟེ་གསུམ་བཤད་པ་རིམ་པས་དཔེར་  
བརྗོད་ན།

ལྟ་གཅིག་བྱོད་དང་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ། །



མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་པས། དེ་ཉིད་  
གཞུང་གི་དཔེར་བཅོམ་པ། རི་བོང་མཚན་མའི་གདོང་  
ཅན་ཞེས་པ་སྟེ། དེས་ན། འབྲུ་མང་པོ་ཡི་ཚེག་སྤྱད་  
དང་། །ཞེས་ཡར་བཅད་པ་མི་ལེགས་པས། ཚེག་སྤྱད་ནི།  
རི་བོང་ཞེས་སྟེལ་བ་འཐད། དེ་ཡང་དོན་མི་འདྲ་བ་  
གཉིས་ཚེག་བསྐྱས་པས་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འཇུག་པར་  
དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་འཇུག་འགྲོ་བ་ནི་  
འབྲུ་མང་པོ་འཇ་གཞན་དོན་གྱི་བསྐྱ་བའོ། །དེས་ན་  
འདིར་ཡང་ཟླ་བ་དང་གདོང་གཉིས་ཚེག་བསྐྱས་པས་དེ་  
གཉིས་ཀ་ལ་མི་འཇུག་པར་ཟླ་བ་ལྟ་བུའི་གདོང་ཅན་གྱི་  
བྱད་མེད་ཞིག་ལ་འཇུག་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེའི་སྐྱེས་  
ཁོངས་ནས་བསྟན་པ་བོད་སྐད་ལ་དཔེར་བཅོམ་ན།

གངས་རིའི་ལྷས་ལྷན་ཟླ་བའི་གདོང་པ་ཅན། །

ལྷུང་ལ་སྤྱན་གྱིས་ཀུན་གཟིགས་བེསྤྱའི་མཚུ། །

འཇུག་པའི་སྐྱ་དང་པད་ཅའི་ལག་པ་ཡིས། །

བརྟུང་བའི་རྒྱུད་མངས་དབྱངས་སུ་འདི་ན་སྟན། །

ཅེས་ལྷས་དང་གངས་རི་གཉིས་བསྐྱུས་པས་གཉིས་ཀ་ལ་  
མི་འཇུག་པར་གངས་རི་ལྷ་བྱུང་དཀར་བའི་ལྷས་དང་  
ལྷན་པ་ལྷ་མོ་དབྱངས་ཅན་མའི་སྐྱ་ལ་འཇུག་པ་དང་།  
ཟླ་བ་དང་གདོང་གཉིས་བསྐྱུས་པས་གཉིས་ཀ་ལ་མི་  
འཇུག་པར་ཟླ་བ་ལྷ་བྱུང་ཞལ་རས་ཅན་དབྱངས་ཅན་  
མར་འཇུག་པ་དང་། མེ་ཏོག་ལྷ་བྱུང་དང་མེག་གཉིས་  
བསྐྱུས་པས་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འཇུག་པ་ལྷ་བྱུང་ལྷ་བྱུང་  
སྐྱན་གང་ལ་མངའ་བའི་མཚོ་བྱང་ལྷ་མོར་འཇུག་པ་  
དང་། བེས་དང་མཆུ་གཉིས་བསྐྱུས་པས་གཉིས་ཀ་མ་  
ཡིན་པ་བེས་ལྷ་བྱུང་མཆུ་སྐྱོས་ཅན་གྱི་ལྷ་མོ་འཇུག་པ་  
དང་། འཇུག་པ་དང་སྐྱ་གཉིས་བསྐྱུས་པས་ཞལ་རས་  
འཇུག་མདངས་དང་བཅས་པའི་མགུལ་ལས་སྟན་པའི་

སྤྱི་དབྱངས་ཡིད་འཕྲོག་པར་ལེན་པའི་སྤྱི་དབྱངས་སྟོ་  
 མོར་འཇུག་པ་དང་། པར་ལྷོ་རྩ་བ་དང་ལག་པ་གཉིས་  
 བསྐྱས་པས་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འཇུག་པར་པད་རྩ་ལྟར་  
 དཀར་བའི་ཕྱག་བྱང་གིས་པང་པའི་རྒྱད་མངས་བརྒྱད་  
 བའི་དབྱངས་སྟོན་པར་འབྲིན་པ་ཚངས་པའི་བྱ་མོར་  
 འཇུག་པ་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འབྲུ་མང་པོའི་བསྐྱ་  
 བས་དཔེ་དཔེ་ཅན་མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱས་པ་ཤ་  
 ལྟག་གོ། གཞན་ཡང་མ་ཁི་པརྩེ་དང་ཤར་སྟོ་དང་འབྲུ་  
 མང་པོ་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་སྤྱད་འདི་ཉིད་ཡིན་པས་  
 བརྩ་སྟོད་པའི་བསྐྱན་བཅས་རྣམས་སྤྱད་པེར་བརྩོད་  
 ཀྱང་དེ་རྣམས་ཆོག་སྤྱད་ཁོ་ན་ལས་དཔེ་དཔེ་ཅན་གྱི་  
 མཚུངས་པ་གསལ་བར་མི་བྱེད་པས་སྐབས་འདིའི་  
 དཔེར་བརྩོད་ལ་བཞག་ན་ཅུང་ཟད་མི་འགྲིག་གོ། འདི་  
 ལ་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས་གཟུགས་ཅན་དང་དཔེ་གཞི་  
 མཐུན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞིས་གསུངས་པ་ལ། པའ་

ཆེན་སྒྲོལ་གྱིས་ལེགས་པར་མ་མངོན་ཏེ། དེ་ཡང་  
 གཟུགས་ཅན་དུ་འགྲོ་བྱེད་ཅི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་དཔེའི་  
 རྩ་བར་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ནི་དཔེ་དོན་གཞི་མཐུན་  
 དུ་བསྐྱས་ནས་བསྟན་པ་ཅམ་མ་གཏོགས་དཔེའི་རྩ་བར་  
 བཀོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་དབྱུང་པ་མཛད་པ་སྟེར་  
 ཐང་བའི་གསུངས་གཞུང་དོན་ལ་ཉེ། དེ་ལ་ཡང་སྤྱི་མཐོང་  
 ཤན་ཞུགས་ནས་གཞི་མཐུན་དུ་བསྐྱས་ནས་བསྟན་ཞེས་  
 གསུངས་པ་མི་འཐད་དེ། འབྲུ་མང་པོའི་བསྐྱུ་བ་ནི་གོང་  
 དུ་གསལ་བར་བཤད་ཟིན་པ་སྟེར། དངོས་པོ་བསྐྱས་པ་  
 དེ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་གཞན་ཞིག་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
 གཞན་དོན་གྱི་བསྐྱུ་བ་ཞེས་གྲགས་པས། བརྗོད་ཚུལ་ལ་  
 གཞི་མཐུན་པ་སྟེར་བྱུང་ཡང་དོན་དུ་གཞི་མཐུན་དངོས་  
 མ་ཡིན་པ་དེས་ན་འདི་ནི་ཆོག་སྟུང་གྱི་དབང་གིས་དཔེ་  
 དོན་གཉིས་མཚུངས་པར་བརྗོད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱང་། དེ་

ཉིད་བོད་སྐད་ལ་སྦྱར་བས་གཟུགས་ཅན་དང་རྣམ་པ་  
མཚུངས་པར་གྱུར་པ་ཙམ་མོ། །

གཞན་ཡང་།

སོར་མོས་བསྐྱལ་བའི་རྒྱུད་མངས་སྒྲ། །

མགིན་པའི་སྤྱད་དང་ཕན་ཚུན་འགྲན། །

ཞེས་འགྲན་པ་དང་།

ཁྱེད་གདོང་པར་གཏམ་མེད་ལས། །

ཅི་བྱུང་མི་རྒྱལ་བཞིན་བཟང་མ། །

ཞེས་རྒྱལ་བ་དང་།

ཟླ་བའི་དཀར་བ་ལ་སྤང་བའི། །

རྒྱལ་བའི་གྲགས་པས་བྱབ་པར་གྱུར། །

ཅེས་སྤང་བ་དང་།

ཡུར་བྱའི་སྒྲོར་ཡང་འཁུ་བ་ཡི། །

རྒྱག་ཤེས་སྒྲོན་པོའི་སྦྱོང་ཚུལ་བཟ། །

ཞེས་འཁུ་བ་དང་།

གཞོན་ནུའི་གདོང་དང་ཁྱ་སྦྱེས་གཉིས། །

མངོས་ཡུལ་སྤྱ་ཆར་མི་མཐུན་སྒྲོགས། །

ཞེས་མི་མཐུན་སྒྲོགས་པ་དང་།

འདོད་མའི་མཁུར་ཚོས་མཆོམས་སྤྲོན་གཉིས། །

དམར་བའི་ཡུན་ཚོགས་ལ་རབ་འཐབ། །

ཅེས་འཐབ་པ་དང་།

རིགས་བཟང་མ་ཡི་ཁ་ཡི་དྲི། །

ཟུངས་ངད་ལ་འཕྱ་བར་བྱེད། །



ཅེས་འཕྱ་བ་དང་།

འཕོང་སྐྱེན་སྣ་ལྔ་བྱང་ཁྱོད་ཀྱིས། །

རྩ་མ་ཁ་ཡང་སྣ་འབེབས་སོ། །

ཞེས་སྣ་འབེབས་བ་དང་།

དཔའ་བའི་ཁྱད་པར་ཀྱིས་སྤེད་སྐྱབ། །

དགྲ་ཐབས་ཅན་གྱི་དྲེགས་བ་སྟོད། །

ཅེས་སྟོད་བ་དང་།

མཛེས་པའི་རང་བཞིན་ས་སྤེང་སྐྱེས། །

འཆི་མེད་བྱ་མོར་ཅོ་འདྲི་མ། །

ཞེས་ཅོ་འདྲི་བ་དང་།

སྟན་པར་གྲགས་པའི་སྐྱ་ཆེན་པོས། །

དབྱར་ལས་སྐྱེས་པའི་རྩ་ཡང་འགོག།

ཅེས་འགོག་པ་དང་།

ཀུན་གྱི་བྱེད་པའི་མཐུ་ལྡན་ཁྱོད། །

ཆངས་པ་ལ་ཡང་དགོད་དུ་འགོ། །

ཞེས་པ་འདྲིའི་དགོད་པ་ནི་བྲེལ་ནས་གད་མོ་དགོད་  
པའི་དོན་ནོ། །

མིག་བྱར་ན་བའི་ཤུཊ་ལ། །

གསར་བའི་དཔལ་ལ་ཕྱག་དོག་གོ།

ཞེས་ཕྱག་དོག་དང་།

རི་བོང་ཅན་གྱི་རྒྱགས་པ་ལ། །

བཞིན་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་མི་བཟོད་བྱེད། །

ཅེས་པ་འདི་ཡང་གཞན་གྱི་ཕུན་ཚོགས་ལ་ཕྱག་དོག་  
པས་མི་བཟོད་པའོ། །

འདི་མན་ཆད་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་ལོགས་སུ་ཕྱེ་ནས་སྡེ་ཚན་  
གཉིས་པར་བཞག་ཡོད་པ་དཔེ་དོན་གཉིས་མཚུངས་པ་  
བཟོད་ཚུལ་གྱི་སྒྲ་རང་ངོས་ནས་རབ་བརྟགས་གྱི་རྣམ་  
པ་གསལ་བ་ལ་དགོངས་པ་སྟེ། དེ་དག་ཀྱང་རིམ་པས་  
དཔེར་བཟོད་ན།

བདེ་ཞིང་འབྱོར་པས་སྟ་གནས་གྱི། །

ལོངས་སྟོང་སྐལ་བཟང་འཕྲོག་པར་བྱེད། །

ཅེས་སྐལ་བཟང་འཕྲོག་བྱེད་དང་།

གྲགས་པ་དཀར་བས་ལྷ་གཞོན་གྱི། །

འོད་ཟེར་མཛེས་པ་བྱམ་པར་བྱེད། །



རྩེས་སུ་རྒྱུ་པ་འཛོག་པར་བྱེད། །

ཅེས་དོན་འགྱུར་བྱས་ཏེ་སྒར་བསྐྱར་བ་སྒར་འདིར་ཡང་  
བཀོད་ལ་ཐད་ཀར་བསྐྱར་ན་ལམ་ལ་རྒྱུ་པ་འཛོག་གོ།

དབང་པོ་ཐམས་ཅད་ཚུལ་བྱེད་པའི། །

མཛེས་མ་ཆང་གི་རྒྱས་པར་འཇུག།

ཅེས་རྒྱས་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་།

དབྱར་གྱི་ཚུ་གུའི་ནགས་སྒྲུང་མདངས། །

མ་བྱའི་མགོན་པའི་རྩེས་སུ་འགོ། །

ཞེས་རྩེས་སུ་འགོ་བ་དང་།

ཁྱོད་གྱི་སྒྲན་པ་རིང་འགོ་བས། །

ཉི་ཟླའི་གྲགས་པ་རྩེས་སུ་འཆིང་། །

ཞེས་རྩེས་སུ་འཆིང་བ་དང་།

ལང་ཚོའི་དང་པོར་བབས་པ་ཡི། །

ན་ཆུང་དབྱིད་ཀའི་ངང་ཚུལ་འཛིན། །

ཞེས་ངང་ཚུལ་དང་།

གཞོན་ནུས་ལྷས་ཀྱི་རེག་བྱ་ཡིས། །

པརྒྱའི་འཇམ་དང་མཉེན་པ་འགོག།

ཅེས་འགོག་པ་དང་།

སྒྲིལ་པརྒྱ་ཁ་བྱེ་བ། །

འཇམ་དཔལ་གཞོན་ནུའི་རྗེས་སུ་བྱེད། །

ཅེས་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་སྟེ་གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་དྲུག་ཅུ་  
ཙ་ལྟ་དང་། རྒྱ་འགྲེལ་ལས་དཔེར་བཟོད་པ་ལྟ་སྟེ་བདུན་  
ཅུ་པོ་འདི་ནམས་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་ཡིན་ནོ། །

འདིར་པཎ་ཆེན་སྒྲིལ་བྱུག་ཅུ་རེ་ལྔ་པོ་འདི་རྣམས་  
 ཆོག་སྒྱུར་གང་དུ་བྱུང་གྱང་དཔེ་དང་དཔེར་བྱ་དག་  
 མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དཔེ་རྒྱན་དུ་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ། མཁས་པ་བྱུར་  
 མཁར་བས་དེ་ནི་མ་བརྟགས་པའི་གསུངས་ཏེ། བཞིན་  
 དང་ལྟར་དང་འདྲ་ལ་སོགས་པས་གསལ་བར་བྱས་པའི་  
 རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་རྣམས་གྱང་དཔེའི་རྒྱན་དུ་འགྱུར་  
 ཞིང་། དེ་ལྟ་ན་བཞག་པར་བྱ་བའི་མཚམས་ལས་བརྒལ་  
 བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་ཁྲིན་ཀ་མཛད་པ་ལ། རྒྱལ་དབང་ལྔ་  
 པ་ཆེན་པོས་དཀའ་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་སྤྱར།  
 བྱུར་མཁར་བས་སྐབས་འདིར་སྤྱར་ཐང་པ་ལ་དགག་པ་  
 མཛད་པ་ནི་མ་དག་པས་དག་པ་སྤྱན་འབྱེན་པར་  
 འདུག་ཅིང་། སྐབས་འདིའི་འདྲ་བ་ནི་ལྷ་བའི་དགྲེལ་  
 འཁོར་དང་དབྱངས་ཅན་མའི་ཞལ་གཉིས་མཚུངས་  
 ཤིང་འདྲ་བ་ཡིན་ལ། རབ་བརྟགས་ཀྱི་འདྲ་བ་ནི་མེ་

འདིས་འདི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་པ་འདྲ་ཞེས་ཐེ་ཚོམ་གྱི་འདྲ་  
 བ་དེ་ཡིན་པས་དེས་མཚོན་ཏེ་ནོར་འབྲུལ་འབྲུང་བའི་  
 གནས་མེད་སོགས་གསུངས་པའི་དབྱུང་པ་མང་ཡང་དེ་  
 ཐམས་ཅད་བོད་སྐད་ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་བཅལ་བའི་གོ་  
 བས་དབྱུང་པར་སྒྲུང་ནའང་། རྒྱ་གཞུང་དང་རྒྱ་ཚོམ་གྱི་  
 རིགས་འདི་རྣམས་ཐོག་མར་ལེགས་སྒྱུར་སྤྲོད་ཏེ་སྐད་  
 ལ་མ་དབྱུང་པ་དབྱེས་བྱེན་པའི་གོ་དོན་རྟེན་པ་དཀའ་  
 བས། དེའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དཔེ་རྒྱན་མཚུངས་པ་  
 གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་དང་། རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་དབྱེ་ན། སྒྱུར་ནི་གཞུང་མཛད་པ་པོ་  
 སྟོབ་དཔོན་དརླུ་ཉིད་ཀྱིས་འདི་གཉིས་སོ་སོའི་སྐབས་སུ་  
 ཐེ་ཚོན་བྱས་ནས་བཀོད་པ་ལྟར། བཞིན་ལྟར་ལྟ་བུ་ཇི་  
 ལྟར་སོགས་དཔེ་རྒྱན་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་གི་རབ་རྟོག་ལ་མི་  
 འཇུག་སྟམ་དང་དོགས་དང་ངེས་དང་འདྲ་སོགས་རབ་  
 རྟོག་ཁོ་ན་ལ་འཇུག་གི་དཔེ་རྒྱན་ལ་མི་འཇུག་པ་ཡིན་



མོད་ཀྱང་། རྒྱ་སྐད་ཨི་བ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཁོ་ན་དཔེ་དང་  
 རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་  
 ཉིད་བོད་སྐད་དུ་བཞིན་ལྟར་འདྲ་སོགས་གང་དུ་བསྒྱུར་  
 ཡང་རུང་བས་ལེགས་སྒྱུར་ཨི་བ་ཁོ་ནའི་དོན་དུ་  
 བསམས་ནས་སྐྱ་དེ་རྣམས་རབ་རྟོག་ལ་སྒྱུར་རུང་  
 གིམ་ཚུངས་གསལ་གྱི་སྐྱ་རྣམས་འཆད་པའི་སྐབས་སྟེ།  
 བཞིན་ལྟར་ལྟ་བུ་ཇི་ལྟར་སྟེ། །ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར། ཨི་ཕ་  
 བཏྲ་ཡ་ཐུ་ཤུཾ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ནང་ཚན་ཨི་བ་མ་  
 གཏོགས། །བཏྲ་རྒྱ་ཡ་ཐུ་རྣམས་བསྒྱུར་བའི་བཞིན་ལྟར་  
 སོགས་གྱི་སྐྱ་ཡིན་ན་བོད་སྐད་ལ་མི་རུང་མེད་ཀྱང་།  
 ལེགས་སྒྱུར་བཏྲ་སོགས་དེ་རྣམས་དཔེ་མ་གཏོགས་རབ་  
 རྟོག་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་མི་སྤྱད་པས་འགྱུར་བྱེད་པ་  
 དང་གཞུང་དོན་འགྲེལ་བའི་ཆེ་སོ་སོར་སྐབས་བྱེད་པ་  
 གལ་ཆེ་ཞིང་། འོན་ཀྱང་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད། ལྷམ་དང་  
 དོགས་དང་ངེས་དང་འདྲ། །ཞེས་པའི་འདྲ་བའི་སྐད་

རོད་སྤྱ་ཡུལ་ཞེས་པ་རོན་མང་པོ་ཅན་ཡིན་པས་འདྲ་བ་  
 ལ་འཇུག་པ་ཡོད་ཀྱང་། སལ་ཆེ་བའམ་ཤས་ཆེ་བ་ལ་  
 གཙོ་བོར་འཇུག་པ་ཡིན་པས། གཞུང་འདིར་མཚུངས་  
 གསལ་གྱི་གས་སུ་མ་བཞོད་ཅིང་རབ་རྟོག་ཁོ་ན་ལ་སྦྱར་  
 ནས། འདི་ནི་བདག་གི་རིང་བ་དག། འགོག་བྱེད་རྣ་བའི་  
 རྒྱན་ཞེས་ཏེ། བྱོད་ཀྱི་མིག་གི་རྣ་བ་ཡི། རྩུལ་དག་ལ་  
 འགོང་བ་འདྲ། ཞེས་དཔེར་བརྗོད་ནས་བསྟན་པ་ལྟ་  
 བུའོ། ཡང་མཚུངས་གསལ་གྱི་ནང་ཆན། སོ་སོར་རྟོག་  
 དང་འགལ་དང་འདྲ། ཞེས་པའི་འདྲ་དང་། མཆན་ཉིད་  
 མཐུན་འདྲ་མཚུངས་པ་དང་། སོགས་ཀྱི་འདྲ་ནི། ལེགས་  
 སྦྱར་ས་དྲིལ་ཞེས་པ་བསྦྱར་བ་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་  
 རོ། དེ་ལྟར་ཨི་བའི་སྤྱ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་དང་།  
 རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་དེས་རབ་  
 རྟོག་དཔེ་ཡིན་པ་འབྲུལ་ནས། དེ་ལྟར་འདོད་མཁན་གྱི་  
 གར་དུ་ཡང་བྱུང་བས། འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་སྤྱ་ཡིས་

འགའ། དཔེ་ཉིད་དུ་ནི་འབྲུག་པ་སྦྱེས། ཁྱེས་གསུངས་  
 པ་ཡིན། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར། རྒྱ་སྐད་ལ་ཉིད་མཐའི་  
 ཆོག་ལ་ཨིབ་སྐགས་འདྲ་བའི་སྦྱ་སྦྱར་བ། དཔེར་ན། ལེསྦྱ་  
 རྒྱ་བ། བརྒྱ་རྒྱ་བ། ཁྱེས་པ་ལྟ་བུ་དཔེ་རྒྱན་ལ་མི་སྤྱིད་པས་  
 དེ་འདྲ་ཡོད་ན་རབ་རྟོག་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་བྱེར། ཉི་  
 ངའི་མཐའ་ཡི་དཔེ་མ་ཡིན། ཁྱེས་པ་ཡིད་ཆེས་གསུངས་  
 འདས་ནས། ཁྱེས་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་སྤྱད་མཐའི་  
 ཆོག་གི་མཐར་ཨི་བ་སྦྱར་བ་པར་མི་བ་ལྟ་བུ་ཡོད་ན་  
 རབ་རྟོག་མ་ཡིན་ཞིང་ངེས་པར་དཔེ་ཡིན་པར་ཤེས་  
 དགོས་སོ། རྒྱ་སྐད་བོད་སྐད་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་། གཞུང་  
 འདིས་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་འཆད་པའི་སྐབས་སུ། དཔེ་  
 དང་དཔེར་བྱ་ཉིད་དག་ནི། མཚུངས་པའི་ཆོས་ལ་ལྟོས་  
 པས་ན། སྐགས་ཀྱི་དོགས་གཅོད་རྒྱས་པར་བསྟན་པ་  
 ལྟར། གང་ཞིག་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་དང་མཚུངས་ཆོས་  
 གསུམ་ཆང་ཞིང་། དེ་གསལ་བའི་དོན་དུ་བཞིན་སྦྱ་སྦྱར་

ན་དཔེའི་མཚུངས་གསལ་དང་། ཡང་སེམས་སྒྲན་ནམ་  
 སེམས་མེད་གང་རུང་གང་ཞིག་དཔེ་དཔེ་ཅན་མཚུངས་  
 ཆོས་གསུམ་མ་ཆང་ཞིང་རང་གི་རྣམ་པ་ཇི་ལྟར་གནས་  
 པའི་ཚུལ་དེ་ལས་རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲོ་འདྲིགས་པའམ།  
 རབ་དུ་རྟོག་པ་གསལ་བའི་ཕྱིར་བཞིན་སྒྲ་སྒྲུར་ན་རབ་  
 རྟོག་གསལ་བྱེད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། ཆོག་གྲོགས་  
 གཞན་གང་ལ་ཡང་མ་སྟོས་པའི་ཨི་བའམ་བཞིན་གྱི་སྒྲ་  
 རྒྱུང་པའི་རང་ངོས་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་མི་  
 ཤེས་ཤིང་དགོས་པའང་མེད་དོ།

ཡང་དཀའ་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དབྱེས་སྒྲུར། སྐབས་  
 འདིར་གཞུང་གིས་དངོས་སུ་མ་བཟོ་བ་དག་གི་དབང་  
 རྒྱུག་གི་འགྲེལ་བ་ལས་བཤད་པ་ཞེས་ཆ་དང་གྲོགས་  
 དང་སྒྲན་ཟླ་སོགས་དཔེར་བརྗོད་བརྒྱ་གཅིག་ཙམ་  
 མཛད་པ་ནི། རིན་སྒྲུངས་པས་སྒྲོན་སྒྲན་དག་དུ་སྒྲུར་

ཟིན་པའི་གཞུང་རྣམས་ལས་ཁོང་རང་གིས་བརྟུས་པ་  
 རང་གི་འགྲེལ་པར་དཔེར་བཟོད་དང་བཅས་བཤད་པ་  
 དེ་རྣམས་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། དེ་ཡན་ཆད་ལ་མ་གྲགས་ཤིང་  
 རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀ་ནའང་མེད་པས། འདིར་ངག་གི་  
 དབང་ལྷན་ཅེས་པ་རིན་ལྷངས་ངག་དབང་འཇིགས་  
 གྲགས་ལ་དགོངས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་དགོས་གྱི། སློབ་  
 དཔོན་ངག་དབང་གྲགས་པའི་རྒྱ་འགྲེལ་ན་མེད་པའང་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་དེ་ལྟ་བུ་ཡང་མཚུངས་པ་གསལ་  
 བྱེད་གྱི་སྒྲར་སྒྲར་ན་མི་རུང་བ་མ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་ནི་  
 གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ཁོ་ན་འཆད་པའི་  
 སྐབས་ཡིན་པས་མ་བཞོད་དོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཤད་  
 པའི་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་དེ་རྣམས་ཁོ་ནས་  
 གསལ་བར་མ་བྱས་པའི་དཔེ་རྒྱན་མི་སྤེད་པ་ལྟ་བུ་ནི་  
 མིན་ཏེ། གཞུང་འདི་ཉིད་གྱི་དཔེར་བཟོད་ལའང་བསྐྱས་  
 པའི་དཔེ། ལུས་བྱང་དཔེ། རབ་བརྟགས་དཔེ། ཐེ་ཚོམ་

དཔེ། གཏན་མེབས་དཔེ། དགག་དཔེ། དེ་ཉིད་བཟོད་  
 དཔེ། ཟླ་བོ་དངོས་པོ། མཚུངས་སྒྱུར་དཔེ་སོགས་མང་པོ་  
 ཞིག་ལ་འང་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲ་འདི་རྣམས་མ་ཡིན་  
 པའི་བཟོད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་གྱིས་མཚུངས་པ་  
 གསལ་བར་བྱས་པ་དངོས་སུ་མཐོང་བ་ལྟར་དང་། ཡང་  
 རྒྱུག་པ་ཅན་སོགས་རྒྱན་གཞན་གྱི་སྐབས་སུ་འང་  
 མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲ་འདི་རྣམས་ལས་འགའ་ཞིག་གིས་  
 དཔེ་དོན་མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱས་པ་ཡོད་མོད་གྱི།  
 དེ་དག་ལ་རང་རང་གི་བྱད་ཆོས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར་དཔེ་རྒྱན་དང་སྒྲིམ་པར་མི་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་  
 གནད་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དོན་རྒྱན་གསུམ་པ། གཟུགས་རྒྱན།

གསུམ་པ་གཟུགས་ཅན་ནམ་ངོ་བོ་ཅན་ནམ་ཚུལ་ཅན་  
 གྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན། སྒྱུར་

བ་དང་བཤད་པ་ཅི་རིགས་ཀྱིས་བཤད། དཔེ་རྒྱན་དང་  
ཐུན་མོང་གི་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་ཀྱིས་  
མདོར་བསྟན་པ་ནི།

ཐ་དད་སྒྲུང་མེན་གྱུར་པ་ཡི། །

དཔེ་ཉིད་དག་ནི་གཟུགས་ཅན་འདོད། །

དཔེ་དཔེ་ཅན་ཐ་དད་དུ་བཀོད་ནས་དེ་གཉིས་འདྲ་བ་  
ཅམ་བཟོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐ་དད་དུ་སྒྲུང་བ་མ་ཡིན་  
པར་གྱུར་པའི་དཔེའི་རྒྱན་དེ་ལ་ནི་དཔེ་ཅན་དཔེའི་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་པས་གཟུགས་ཅན་ནམ། དཔེ་ཅན་  
དཔེའི་ངོ་བོར་བཀོད་པས་ངོ་བོ་ཅན་ནམ། དཔེའི་ཚུལ་  
དུ་བཀོད་པས་ཚུལ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་ཀྱང་བྱ་སྟེ་སྦྱར་  
ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྟེ་ཚན་ལོགས་པ་ཞིག་གོ།  
གཉིས་པ་སྦྱར་བ་དང་བཤད་པ་ཅི་རིགས་ཀྱིས་བཤད་

པ་ལ་རྣམ་གྲངས་ཉི་ཤུ་ལས། དང་པོ་བསྟུས་པའི་  
གཟུགས་ཅན་ནི།

༡ བསྟུས་པའི་གཟུགས་ཅན།

དཔུང་པ་འཁྱི་ཤིང་ལག་པ་ནི། །

པརྩ་རྒྱང་པ་ཡལ་འདབ་བོ། །

ཞེས་དཔེ་ཅན་དཔུང་པའང་ཡིན་ལ་དཔེ་འཁྱི་ཤིང་ཡང་  
ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་དུ་མཚུངས་པ་བརྗོད་པར་འདོད་  
པས་རྒྱ་དཔེར་བླ་དུ་དང་ལ་རྒྱ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་རྣམ་  
དབྱེ་དང་པོ། བོད་རྒྱུད་ལ་དཔུང་པའི་འཁྱི་ཤིང་ཞེས་  
རྒྱག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ལག་པ་དང་པརྩའི་གཞི་  
མཐུན་གྱིས་མཚུངས་པ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་དཔེར་བླ་ཅི་  
དང་པརྩའི་བར་ནས་རྒྱང་དང་པོ། བོད་རྒྱུད་ལ་རྒྱག་སྒྱ།  
རྒྱང་པ་དང་ཡལ་འདབ་ཀྱི་གཞི་མཐུན་བརྗོད་པ་ལ་རྒྱ་



དཔེར་ཅ་ར་ཁ་དང་པ་ལྷན་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་དང་  
 པོ། བོད་སྐད་རྒྱུ་ལ་ཡལ་འདབ་ཞེས་རྣམ་དབྱེ་རྒྱག་པ་  
 རྟེ་དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་ལས་འཛིན་པའམ། བྱད་པར་  
 གྱི་བསྐྱུ་བས་གཞི་མཐུན་དུ་བྱས་ནས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་  
 གཟུགས་ཅན་ཞེས་བྱ་ཞིང་། བོད་སྐད་ལ་ནི་གཟུགས་  
 ཅན་གྱི་སྐབས་འདིར་དཔེར་བྱ་དཔེའི་ངོ་བོར་འགོད་  
 པའི་རྣམ་དབྱེ་ཐམས་ཅད་རྒྱག་སྒྲ་ཁོ་ནར་འགྱུར་བའང་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། །

༡ མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན།

གཉིས་པ་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་སོར་མོ་རྣམས། །

ཡལ་འདབ་སེན་མོའི་འོད་ཟེར་ནི། །

མེ་ཏོག་དུ་གྱུར་དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ། །

ཁྱེད་ནི་ངེད་ལ་མངོན་སུམ་རྒྱ།

ཞེས་པ་འདི་ནི་མ་བསྐྱུས་ཏེ།

ལྷ་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ།

ལག་པའི་འབྲི་ཤིང་སོར་མོ་རྣམས་ཀྱི་ཡལ་འདབ་སེན་  
མོའི་འོད་ཟེར་གྱི་མེ་ཏོག་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་མཛེས་མ་  
དཔྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཁྱེད་ནི་ངེད་ལ་སྒྲིག་དུ་མ་གྱུར་པར་  
མངོན་སུམ་དུ་རྒྱུ་། ཞེས་པ་འདིའི་རྒྱ་དཔེར། དཔེ་ཅན་  
ལག་པའི་སྐད་དོད་བྲ་དུ་དང་དཔེ་འབྲི་ཤིང་གི་སྐད་  
དོད་ལ་ཏ་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་གཉིས་ཆོག་ཨྱོ་དང་།  
སོར་མོའི་སྐད་དོད་ཨུམ་ལེ་དང་འབྲི་ཤིང་གི་སྐད་དོད་  
པལླབ་གཉིས་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་མང་ཆོག་ཇེས་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ་སེན་མོའི་སྐད་དོད་ན་ཁ་དང་། འོད་  
ཀྱི་སྐད་དོད་ཨུམ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་ཇེས་མ་བསྐྱུས་  
པར་ཡོད་པ་དང་། མེ་ཏོག་གི་སྐད་དོད་ཀྱི་སུམ་ལ་དང་

པོའི་མང་ཆོག་ངས། དེ་གི་རུ་བསྐྱར་རུ་མ་ལྷ་གམ་བྱིན་  
 པས་ཀྱ་སུ་མ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་པ་ལྷ་བྱ་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་  
 གཉིས་ཀ་ལ་རྣམ་དབྱེ་བྱར་བ་མ་བསྐྱས་པར་ཡོད་ཅིང་།  
 བོད་སྐད་ལའང་ལག་པའི་ཞེས་དང་། སེན་མའི་ཞེས་  
 སོགས་རྣམ་དབྱེ་མ་བསྐྱས་པས་མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་  
 ཅན་དང་། དཔེར་བརྗོད་སྒྲ་མ་ལ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བ་སྤར་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་རོ། །

༣ བསྐྱས་ཤིང་མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་ཅན།

གསུམ་པ་བསྐྱས་ཤིང་མ་བསྐྱས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

བཞིན་ལྷ་འཇུག་པའི་ལྷ་འོད་ཅས། །

གཟུགས་ཅན་བསྐྱས་དང་མ་བསྐྱས་པའོ། །

ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར། ལྷ་ཁ་བཞིན་དང་། ལྷ་ལྷ་བའི་  
 བར་ནས་རྣམ་དབྱེ་བྱག་པའི་གཅིག་ཆོག་ངས་ཁྱུང་པར་

གྱི་བསྐྱུ་བས་བསྐྱུས། མྱི་ཏ་འཇུམ་པ་ལ་དང་པོའི་གཅིག་  
 ཚོག་ཏུ་མ་བསྐྱུས་པར་མ་ནིང་ལྟར་བསྐྱུབ་པས་མྱི་ཏ་  
 དང་། རྩོལ་ལྷ་འོད་ལ་དང་པོའི་གཅིག་ཚོག་ཏུ། ལྷ་རིང་  
 པོའི་མཐའ་ལ་བྱིས་པ་སོགས་དཔེར་བརྗོད་གཅིག་ལ་  
 རྣམ་དབྱེ་བསྐྱུས་པ་དང་མ་བསྐྱུས་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་  
 པས་བསྐྱུས་ཤིང་མ་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་དང་། བོད་  
 སྐད་ལའང་བཞིན་ལྷ་ཞེས་དུག་སྐྱུ་བསྐྱུས་ཤིང་། འཇུམ་  
 པའི་ལྷ་འོད་ཅེས་མ་བསྐྱུས་པ་སྟེ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པས་  
 སོ། །

༤ མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན།

བཞི་པ་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནི།

སོར་མོ་དམར་བའི་འདབ་ཕྱེང་དང་། །

སེན་མོའི་འོད་གྱི་གེ་སར་ཅན། །

བྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་ཚུ་སྦྲེས་ནི། །

ས་སྦྱོང་རྣམས་ཀྱི་སྦྱི་བོར་འཛིན། །

ཀྱི་མིའི་དབང་པོ་ཞེས་བོད་ནས་བྱོད་ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་སོར་  
མོ་རབ་དུ་དམར་བའི་འདབ་མའི་ཕྱང་བ་དང་སེན་  
མའི་འོད་ཀྱི་གེ་སར་གསལ་བ་ཅན་མིའི་བདག་པོ་བྱོད་  
ཀྱི་ཞབས་ཀྱི་འདམ་སྦྲེས་ཏེ་པར་འདི་ནི་ས་གཞི་སྦྱོང་བ་  
རྒྱལ་ཕྱན་གཞན་རྣམས་ཀྱི་སྦྱི་བོར་ཅོད་པན་གྱི་ཚུལ་དུ་  
འཛིན་ནོ། །དེ་བཤད་པ་ནི། སོར་མོ་ལ་སོགས་འདབ་  
སོགས་དང་། ཀླང་པས་པར་ཉིད་བྱས་ནས། དེ་འོས་  
གནས་སུ་རྣམ་བཞོད་པ། འདི་ནི་མཐའ་དག་གཟུགས་  
ཅན་ཉིད། ཡན་ལག་སོར་མོ་དང་ལ་སོགས་པས་སེན་  
མའི་འོད་འདབ་མ་དང་། སྤར་ཡང་སོགས་པས་སེན་  
མའི་འོད་དེ་ཉིད་གེ་སར་དུ་ཡང་བྱས་ལ། ཡན་ལག་  
ཅན་དཔེར་བྱ་རྒྱལ་བོའི་ཀླང་པ་དཔེ་པར་བཞོད་ཅིང་

གཉིས་ཀ་བབྱང་བར་འོས་པའི་གནས་སྤྱི་བོར་འཛིན་པ་  
བཟོད་ནས་དཔེར་བྱའི་ཡན་ལག་ཅན་དཔེའི་ཡན་ལག་  
ཅན་དུ་བཀོད། དཔེར་བྱའི་ཡན་ལག་རྣམས་དཔེའི་ཡན་  
ལག་དུ་བཀོད། གཉིས་ཀ་བབྱང་བར་འོས་པའི་གནས་  
མཚུངས་པར་སྒྲིས་པ་སོགས་མདོར་ན་བྱང་གཞི་བྱང་  
ཆོས་མཐའ་དག་གི་སྒྲི་ནས་དཔེ་ཅན་དཔེའི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་པས་ན་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

༥ ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན།

ལྷ་པ་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནི།

གཏུམ་མོ་སྒྲོ་བུར་ཉིད་དུ་ནི། །

བྱོད་གདོང་མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ། །

རྩལ་གྱི་ཆུ་ཡི་ཐིགས་པ་ཡི། །

དོག་པ་མུ་ཏིག་འོད་ཅན་འཛིན། །

གྲེ་ག་ཏུ་མ་མོ་ཞེས་བྱུང་མེད་ཁྱོས་པ་ལ་བོད་ནས་སྒྲོ་བྱར་  
 དུ་རྒྱ་མེད་པར་ཏེ་ཁྱོས་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་མཆུ་འི་  
 ཡལ་འདབ་གཡོ་བས་སྒོ་བར་སྟོན་ཅིང་སྒོ་བ་ལས་སྒྲེས་  
 པའི་རྩལ་ཆུའི་ཐེགས་པའི་དོག་པ་ཟུ་ཏིག་གི་འོད་ཅན་  
 དཀར་བ་འཛིན་ནོ། །དེ་བཤད་པ་ནི། འདིར་ནི་རྩལ་ཆུ་  
 དོག་པར་བྱས། །མཆུ་ཡང་ཡལ་འདབ་ཉིད་བྱས་  
 གྱི། །གདོང་ནི་རྣམ་པ་གཞན་མ་བྱས། །དེ་ཕྱིར་ཆ་ཤས་  
 གཟུགས་ཅན་ནོ། །སྐབས་འདིར་ནི་གདོང་གི་ཆ་ཤས་  
 སམ་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུར་པ་རྩལ་ཆུ་དོག་པ་དང་མཆུ་ཡལ་  
 འདབ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས། ཆ་ཤས་ཅན་ནམ་  
 ཡན་ལག་ཅན་གདོང་ནི་དཔེའི་རྣམ་པ་གཞན་གྱི་  
 གཟུགས་སུ་མ་བྱས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་  
 ཞེས་བྱའོ། །

༥ ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན།

དུག་པ་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གདོང་པའི་འདམ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་འཁྱོག་ཅིང་། །

རྩལ་གྱི་ཁྱ་ནི་ཟག་པ་དང་། །

མིག་དག་ཀུན་ཏུ་དམར་བ་འདིས། །

མྱོས་པའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད། །

ཁྱོད་གྱི་གདོང་པའི་འདམ་སྒྲིམ་ཏེ་པར་སྒྲིམ་མ་འཁྱོག་  
པའམ་གཡོ་ཞིང་རྩལ་ཁྱའི་ཐིགས་པ་ཟག་པ་དང་། མིག་  
སྒྲིམ་ཅུང་ཟད་དམར་བ་ལ་སྐྱོགས་པ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་  
སྒྲིམ་བྱ་ལང་ཆོ་ཅན་བྱད་མེད་མཛེས་མ་ལ་བག་མེད་དུ་  
རྩིས་པ་ལས་བྱུང་བའི་དགའ་བའི་བྱད་པར་འདོད་པའི་  
ཆགས་པས་མྱོས་པའི་གནས་སྐབས་གསལ་བར་བྱེད་  
དོ། །དེ་བཤད་པ། །འདི་ནི་གདོང་པའི་ཆ་ཤས་དག། རྣམ་  
འགྱུར་མ་བྱས་གདོང་པ་ཉིད། །པར་བཞག་བྱས་དེས་



ན་འདི། །ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །དཔེར་  
བརྗོད་པ་འདིར་ནི་གདོང་པའི་ཆ་ཤས་སམ་ཡན་  
ལག་སྒྲིན་མ། རྟུལ་ཁྲ། མིག་རྣམས་དཔེའི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་མ་བྱས་པར་ཆ་ཤས་ཅན་རྣམ་  
ཡན་ལག་ཅན་གདོང་པ་ཉིད་འདམ་སྒྲིས་པ་སྒྲའི་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་པར་བྱས་པ་དེས་ན་དཔེར་བརྗོད་  
པའི་རྒྱན་འདི་ནི་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ལ ཡན་ལག་གཟུགས་ཅན།

བདུན་པ་ཡན་ལག་གཟུགས་ཅན་ནི།

མངོས་མ་ཁྱོས་པའི་མཁུར་ཚོས་དམར། །

མེག་གི་ཕྱུང་ལ་དམར་པོ་ཅན།

བྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་སྐྱེ་བོ་ནི།

འདི་ཡང་དམར་བའི་རང་བཞིན་བྱས། །

མཛེས་མ་ཞེས་བོད་ནས་ཆགས་པས་ཚུས་པའི་མཁུར་  
 ཚོས་དམར་ཞིང་མིག་གི་ལྷུང་ལ་དམར་པོ་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་  
 གདོང་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་གསལ་བ་འདིས་རང་  
 ཉིད་དམར་བར་མ་ཟད་སྐྱེ་བོ་འདོད་ཆགས་ཅན་ཁྱོད་  
 ལ་ཅི་དགའ་འཇུག་པར་འདོད་པ་འདི་ཡང་ཆགས་པས་  
 ཅི་ཡང་དམར་བའི་རང་བཞིན་རྣམ་འདོད་ཆགས་ལས་  
 བྱང་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཅན་དུ་བྱས་སོ། །དེ་བཤད་པ། དེ་  
 ལྟར་འདིར་ནི་གཉིས་སོགས་ཀྱི། །ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱང་  
 གསལ་བྱེད་པ། །འདི་ནི་ཡན་ལག་གཅིག་གཟུགས་  
 ཅན། །དེ་ལྟར་སྐྱར་བས་མཚོན་ནས་ཡན་ལག་གཟུགས་  
 ཅན་གྱི་རྒྱན་འདིའི་ནང་གསེས་བྱེ་བྲག་གཞན་ཡང་ཡན་  
 ལག་གསེས་ཆ་ཤས་གཉིས་གཟུགས་སུ་བཀོད་པས་ཡན་  
 ལག་གཉིས་གཟུགས་དང་། གསུམ་གཟུགས་སུ་བཀོད་  
 པས་གསུམ་གཟུགས་ནས། ཡན་ལག་ཡོད་དོ་ཅོག་  
 གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་བར་དུ་སྐྱར་ཚོག་པ་ཡིན་

རོ། །ཞེས་མཚན་ཅིང་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་གཞུང་  
 འདིར་ནི་ཡན་ལག་ཅན་གདོང་དང་ཡན་ལག་མཁུར་  
 ཚོས་སོགས་གཟུགས་སུ་མ་བཞེད་པར། མིག་གི་ཡན་  
 ལག་ཁོ་ན་གཟུགས་སུ་བཞེད་པས་ཡན་ལག་གཅིག་གི་  
 གཟུགས་ཅན་འདི་ཁོ་ན་དཔེར་བཟོད་པའོ། །སྐབས་  
 འདིར་སྒྲིན་གྱི་འགྲེལ་པ་ལ་ལར་ཡན་ལག་དང་ཆ་ཤས་  
 ཞེས་དོན་གཅིག་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་པ་གཞུང་དོན་  
 བཞིན་དུ་ལེགས་པར་བཤད་ཀྱང་རྒྱན་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་  
 པར་འབྱེད་པ་ལ་སྒྲིངས་པ་དང་། བྱི་འགྲེལ་ཕལ་ཆེ་བར་  
 ཡན་ལག་དང་ཆ་ཤས་གཉིས་སྐད་དོད་མི་གཅིག་པར་  
 མ་ཟད་དོན་ལ་ཡང་དབྱེ་བ་ཡོད་པར་འདོད་ནས། ཁ་  
 ཅིག་གིས་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནི་མཆུ་གཡོ་བ་སོགས་  
 བྱེད་ལས་སྒྲིས་པ་དང་། ཡན་ལག་གཟུགས་ཅན་ནི་མིག་  
 གི་ལྷུང་ལ་དམར་པོ་ཅན་ཞེས་ལྟན་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་པས་  
 བྱུང་པར་དུ་བྱས་སོ་བེར་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ཆ་

ཤས་ནི་རྒྱན་དུ་ཡོད་མི་དགོས་པ་རྩལ་ཆུ་ཉ་བྱ་དང་།  
 ཡན་ལག་ནི་ནམ་ཡང་མེད་ན་མི་རུང་བ་མིག་ཉ་བྱ་  
 ཡིན་པའི་བྱང་པར་རོ་བེར་བ་སྐྱུ་ལས་འདོད་པ་མི་  
 མཐུན་པ་མང་ཡང་གཉིས་ཀ་མི་འཐད་དེ། སྐབས་  
 འདིར་རྒྱན་སྒྲ་མ་དང་བྱི་མ་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་དབྱེ་  
 བའི་སྐབས་ཡིན་གྱི། བརྗོད་བྱ་དང་ལྷན་རྒྱུན་ཡོད་མེད་  
 ལ་དབྱེད་པའི་སྐབས་མིན་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་གྱི་  
 བྱེ་བྲག་བྱེད་པའང་མ་ཡིན་ལ། ཆ་ཤས་རྣམས་ཀྱང་ཆ་  
 ཤས་ཅན་ལ་ལྷན་པས་ན་དོག་པ་མུ་ཏིག་འོད་ཅན་  
 འཛིན་ཞེས་པ་ཉ་བྱ་ཡང་ལྷན་པའི་དོན་དུ་འགྱུར་བས་  
 བྱི་མ་ཁོ་ནའི་བྱང་ཆོས་མ་ཡིན་ནོ། །འདོད་པ་བྱི་མའང་  
 མི་འཐད་དེ་ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ལ་གཟུགས་སུ་བཀོད་  
 རྒྱུ་ཆ་ཤས་རྣམས་རྒྱན་དུ་ཡོད་མི་དགོས་པར་སྐབས་  
 སུ་འབྱུང་བ་ཡིན་པར་འདོད་ན། ཡལ་འདབ་གྱི་  
 གཟུགས་སུ་བཀོད་རྒྱུ་མཆུ་ཡང་དེར་ཐལ་བ་དང་།

རྒྱལ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་བ་ཅམ་ཡིན་མོད་ལྟུང་གི་ཆ་ཤས་  
 སུ་འདོད་ན་རྒྱལ་ལྟུང་མི་འཇག་པའི་གནས་སྐབས་གི་  
 གཞིང་པ་དེ་ཆ་ཤས་མ་ཆང་བར་འགྱུར་བའི་རིགས་  
 པས་ཀྱང་གཞིང་དོ། །འོ་ན་ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། ཆ་ཤས་གི་སྐད་  
 དོད་ཨ་བ་ཡ་བ་དང་། ཡན་ལག་གི་སྐད་དོད་ཨ་བ་ཡིན་  
 པས་སྐད་དོད་སོ་སོར་ཡོད་མོད་ཀྱང་། མིང་གི་ནྟུང་  
 གངས་ཅམ་མ་གཏོགས་དོན་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པས་རྒྱ་  
 རྒྱུ་ལྟུང་ལྟུང་ལྟུང་། ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་འཆད་སྐབས་  
 ཆ་ཤས་གི་སྐད་དོད་ཨ་བ་ཡ་བ་ནི་ཨ་བ་ལྟོ་ཞེས་གསུངས།  
 ཡན་ལག་གཟུགས་ཅན་འཆད་སྐབས་ཡན་ལག་གི་སྐད་  
 དོད་ཨ་བ་ཡིན་ཨ་བ་ཡ་བའོ་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་གཉིས་དོན་  
 གཅིག་ལ་འཇུག་པ་དང་། འཇུག་ཚུལ་ཀྱང་ཁྱབ་ཆེ་ཆུང་  
 མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་ཏུ་འཇུག་པའི་དོན་ཡིན། འོན་  
 ཀྱང་རྒྱ་གཉིས་པོ་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ་རྒྱ་ཕྱི་མའི་ནང་  
 ཚན་ཡན་ལག་ཐམས་ཅད་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་དེ་དང་

ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་མེད། གཞན་  
 ཡན་ལག་ལ་གཅིག་གཟུགས་སོགས་ནི་ཡན་ལག་ཅན་དེ་  
 ལ་ཡན་ལག་ཇི་ཙམ་སྒྲིམ་པའི་ནང་ནས་ཡན་ལག་  
 གཅིག་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ་ནས་ཐམས་ཅད་བཀོད་  
 པའི་བར་དུ་ཡོད་ལ། ཆ་ཤས་གཟུགས་ཅན་ནི་ཆ་ཤས་  
 ཅན་དེ་ལ་ཆ་ཤས་ཇི་ཙམ་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་གཟུགས་  
 སུ་བཀོད་དགོས་པ་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་ཡིན་པས་རྒྱ་ཆེ་ཆུང་  
 གི་ཁྱད་པར་ཆེ་བར་ཡོད། རྒྱ་ཕྱི་མའི་ནང་ཆོན་བྱེ་བྲག་  
 པ་ཞིག་དང་ལྷ་མ་འདྲ་བ་ཙམ་སོ། །

## ༥ ལྷ་པའི་གཟུགས་ཅན།

དེ་ནས་གཟུགས་ཅན་བརྒྱད་པ་དང་དགུ་པ་གཉིས་ཀྱི་  
 མིང་མཉམ་དུ་བསྟན་པ་ནི། ལྷ་དང་མི་འོས་ཐ་དང་  
 ཅན། ཞེས་པ་སྟེ། དཔེའི་ངོ་བོར་བཀོད་པའི་ཡན་ལག་  
 རྣམས་ལྷ་ཞིང་འགྲོགས་པ་དང་། མི་འོས་ཤིང་མི་

འགྲོགས་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྒྱན་གཉིས་ཐ་དང་དུ་འབྲེད་  
ཅིང་རྣམ་པར་འཛོག་པར་བྱེད་པ་ལས། བརྒྱད་པ་ལྡན་  
པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གདོང་འདི་འཇུག་པའི་མེ་ཏྲོག་འབར། །

གཡོ་བའི་མིག་གི་བྱང་བ་ཅན། །

ཞེས་པའི་མེ་ཏྲོག་བྱང་བ་དག །

འགྲོགས་པས་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་པ་ན་རིལ་པས་རྒྱང་དུར་དགོད་པ་  
འཇུག་པའི་འོད་ཀྱི་མེ་ཏྲོག་འབར་བ་ལ་གཡོ་ཞིང་  
འཕྱལ་བའི་མིག་གི་བྱང་བ་ལྡན་པ་ཅན་ནོ། །ཞེས་པ་མེ་  
ཏྲོག་དང་བྱང་བ་དག་འགྲོགས་པས་ན་ལྡན་ཞིང་འབྲེལ་  
བའི་དཔེའི་ངོ་བོར་དཔེ་ཅན་གྱི་ཡན་ལག་དག་བཀོད་  
པ་ནི་ལྡན་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

༧ མི་འོས་པའི་གཟུགས་ཅན།

དགུ་པ་མི་འོས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གདོང་འདི་འཇུག་གཤེར་ཟླ་འོད་དང་། །

སྐྱམ་པའི་མིག་གི་ཡུལ་ཅན། །

ཟླ་འོད་ཡུལ་མི་འོས་པས། །

འོས་མིན་ཞེས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་འཇུག་གཤེར་གྱི་ཟླ་འོད་དང་། །མཐིང་  
ཞིང་སྐྱམ་པའི་མིག་གི་ཡུལ་ཅན་ནོ་ཞེས་པ་གདོང་གི་  
ནྱམ་འགྱུར་རམ་ཡན་ལག་འཇུག་པ་དང་མིག་གཉིས་ཟླ་  
འོད་དང་ཡུལ་གྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པ། མེ་ཉླ་ཡུལ་  
ལ་ནི་ཟླ་འོད་ཀྱིས་ཆར་གཙོད་ཅིང་བུམ་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་དེ་གཉིས་འགྲོགས་མི་འོས་པའི་དཔེའི་ངོ་བོར་  
བཀོད་པས་ན་མི་འོས་པའམ་འོས་མིན་ཞེས་བྱ་བའི་



གཟུགས་ཅན་ནོ། །འདི་ལྟར་ལྟན་མེན་གཟུགས་ཅན་དུ་  
 བསྐྱར་ཡང་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱར་ན་ལེགས་  
 པར་བཞེད། རྒྱན་འདི་ནི་སྦྱར་ཚུལ་མཆར་བ་གཅིག་ཏུ་  
 ལྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ལ་གྲགས་ཏེ། དཔེར་བཞིན་པ་  
 གཞན་ཡང་སྦྲོབ་དཔོན་སྟེ་བ་གྲགས་པས་དབུ་མ་བཞི་  
 བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པ་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བརྒྱ་གསུམ་པར།  
 ཐུབ་དབང་སྟེ་བ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
 གྱིས། །ཞེས་པ་དང་། དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་བཟོད་  
 པ་ལ་དགའ་བའི་རྟོགས་བཞིན་དུ། ཅི་སྦྲད་སྟོ་བུར་  
 འཇུག་པའི་སྟེ་རིས་ཀྱིས། །ཁྱོད་ཞལ་ཁུ་སྦྱོར་མེད་བྱུང་  
 སྦྲད་དུ་མཛོས། །ཞེས་པ་དང་། གཞན་ཡང་། རྒྱལ་བ་ཉི་  
 མ་དམ་ཆོས་སྟེ་བའི་འོད། །ཞི་བའི་དཔལ་དུ་འབར་བ་  
 ལྷིང་བསེལ་བའི། །བདུད་ཅིའི་དོ་ཤལ་དཀར་པོ་འཇུག་  
 པའི་དཔལ། །གསར་པ་འགྲོ་བའི་རྒྱན་དུ་དར་བར་  
 མཛོད། །ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེས་ན་གཟུགས་ཅན་བརྒྱད་

པ་དང་དགུ་པ་འདི་གཉིས་ཀྱང་ཡན་ལག་གཟུགས་ཅན་  
གྱི་བྱེ་བྲག་སྒྲོར་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་གྲངས་ཅམ་ཡིན་  
པས་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་དང་དཔང་རྟེན་ལས་ཀྱང་བཤད་  
དོ།

༡༠ མི་མཉམ་པའི་གཟུགས་ཅན།

བརྩ་པ་མི་མཉམ་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཡན་ལག་ཅན་གཟུགས་ཡན་ལག་རྣམས། །

གཟུགས་བྱས་གཟུགས་སུ་མ་བྱས་ལ། །

བརྟེན་པ་མི་མཉམ་པ་ཞེས་པའི། །

གཟུགས་ཅན་མངོས་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །

རྟེན་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ལྷས་བྱེད་པའི་རྟེན་ཡན་ལག་

ཅན་གཟུགས་ཅན་ཉིས་བརྟེན་སམ་རྒྱང་པས་ཀྱང་

རུང་སྟེ་གཟུགས་སུ་བཀོད་ལ། བརྟེན་པའམ་ཡན་ལག་  
 རྣམས་འགའ་ཞིག་གཟུགས་སུ་གཏན་ནས་མ་བཀོད་  
 པར་མ་ཟད་གཟུགས་ཅན་འཕར་མར་ཡང་བཀོད།  
 འགའ་ཞིག་གཟུགས་སུ་གཏན་ནས་མ་བཀོད་པའི་ཚུལ་  
 དུ་སྐྱར་བས་ཡན་ལག་གམ་བརྟེན་པ་མི་མཉམ་པ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་གཟུགས་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱན་ནི་  
 ལྷན་ངག་ལ་མཆོག་དུ་མངོས་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ཞེས་  
 པའོ། །དེ་དཔེར་བཟོད་པ་ནི།

ཚྱུས་པའི་མཁུར་ཆོས་རབ་དམར་ཞིང་། །

སྒྲིན་མའི་འབྲི་ཤིང་གར་བྱེད་པ། །

ཁྱོད་གདོང་ལྷ་བ་ཡིད་སྐྱབས་ཀྱིས། །

འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་གཞོམ་པར་བྱས། །

ལང་ཚོས་སྤྱོད་པའི་མཁུར་ཚོས་རབ་དུ་དམར་ཞིང་སྤྱོད་  
 མའི་འབྲི་ཤིང་གི་གར་མཁན་མཛེས་པར་གཡོ་བའི་བྱོང་  
 གདོང་གི་ལྷ་བའི་ཡིད་སྤྱབས་ཏེ་ལྷས་མེད་ཀྱིས་ས་འོག་  
 ས་སྤྱོད་ས་སྤྱོད་གནས་པའི་འཛིག་རྟེན་གསུམ་པོ་འདི་  
 རྣམས་ཐམས་ཅད་རང་དབང་མེད་པའི་ཆགས་པས་  
 གཞོམ་པར་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ། དཔེར་བཞིན་འདི་ཉིད་  
 གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པས་མཚན་ཉིད་དང་སྤྱར་ནས་གོ་  
 བ་བཅུལ་ན་རྒྱན་འདིའི་ངང་ཚུལ་གང་ཡིན་པ་ལེགས་  
 པར་ངོ་འཕྲོད་པར་འགྱུར་བས། དེ་ཡང་རྟེན་ཡན་ལག་  
 ཅན་གདོང་ལྷ་བ། ལྷ་བ་ཡིད་སྤྱབས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་  
 འཕར་མར་བཀོད་ནས། དེའི་ཡན་ལག་གམ་བརྟེན་པ་  
 མཁུར་ཚོས་གཟུགས་སུ་མ་བཀོད་ཅིང་། སྤྱོད་མ་འབྲི་  
 ཤིང་འབྲི་ཤིང་གར་བྱེད་པ་པོའི་གཟུགས་སུ་འཕར་མར་  
 བཀོད་པས་ཡན་ལག་གམ་བརྟེན་པའི་ངོས་ནས་  
 གཟུགས་སུ་བཀོད་མ་བཀོད་གཉིས་མི་མཉམ་པ་འཐིང་

འགྲོས་སམ་མཐོ་དམན་ལྟ་བུར་ཡོད་པས་མི་མཉམ་པའི་

གཟུགས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །

༡༡ བྱད་པར་གྱི་གཟུགས་ཅན།

བརྩ་གཅིག་པ་བྱད་པར་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཇ་ཕྱེ་བུ་མོ་འི་ཁྱ་གོས་ནི། །

འཕྲོག་བྱེད་རྒྱང་པའི་ཕྱེར་ལྗན་པ། །

ལྟ་མེན་དོགས་མེད་ལྟ་དགའ་བའི། །

དགའ་སྟོན་རྒྱལ་མཆོན་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

ཇ་ཕྱེ་བུ་མོ་འི་ཁྱ་བོ་གཞུ་སྟེ་བྱང་སྟང་ཇ་ཕྱེ་བུ་མོར་

གྲགས་པ་གཏམ་རྒྱུད་ལས་ཉོགས་པར་བྱ་དགོས་པས།

དེ་ཡང་འདི་ལྟར་རྗེས་སུ་ཐོས་ཏེ། རྒྱང་ཐོབ་དང་སར་

ལྗན་ཞེས་བྱ་བའི་ལྟ་མ་ཡིན་སྟུན་གཉིས་ཤིག་ཡོད་དེ།

རྒྱང་ཐོབ་ནི་ཐུག་པོའི་གཟུགས་ཅན་དུ་བྱས། སར་ལྡན་  
 ནི་མེའི་ཆ་ལྷགས་སུ་བྱས་ནས་དང་སྤང་རྣམས་མགོན་  
 དུ་བོས་ཏེ། རྒྱང་ཐོབ་བཤས་ནས་བསྟེན་བཀྱར་ཆེན་པོ་  
 དང་། ཁ་ཟས་བསྟབས་ཏེ། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐོས་པ་དང་།  
 སར་ལྡན་ཕྱི་རོལ་དུ་སྤང་སྟེ། བྱ་རྒྱང་ཐོབ་གང་ན་གནས་  
 ཚུར་ཤོག་ཅེས་སར་ལྡན་གྱིས་བོས་པ་དང་། དེའི་རྗེས་  
 ཐོགས་ཉིད་ལ་གང་དང་གང་གིས་ཐོས་པ་དེ་དང་དེའི་  
 གསུམ་པ་བརྟེན་ཏེ་བྱུང་བར་གྱུར་ཏོ། །བྱ་བ་འདིས་དང་  
 སྤང་གི་རིགས་དང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་ལྷག་མ་ཉུང་ཟད་  
 གཅིག་ལྷས་པར་བྱས་སོ། །ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་སྦྱོར་  
 བྱེད་པ་ཡང་ཟད་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ལྷ་རྣམས་འདུས་  
 ཏེ་དང་སྤང་ཆེན་པོ་ཨ་གསུའི་གནས་སུ་སྤང་སྟེ་ལྷ་མ་  
 ཡིན་དེ་གཉིས་བསད་པའི་དོན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་  
 བོ། །ཇི་ཙམ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་མགོན་དུ་བོས་པས་  
 དེར་ཟན་ཐོས་པ་དང་། བྱ་རྒྱང་ཐོབ་གར་སྤང་ཞེས་སར་

ལྷན་གྱིས་བོས་པ་དང་། དྲང་སྤང་གིས་སྒྲེགས་པ་བཏོན་  
 ཏེ། །དེ་ནི་ངས་ཁྱ་བར་བྱས་ཟིན་ཏོ་ཞེས་སྒྲུས་ནས། ཁྱོ་  
 བས་འབྲུགས་པ་དང་སར་ལྷན་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་བོས་  
 སོ། །ཇི་ཙམ་ན་སྐོམ་པ་སྟོབས་དང་ལྷན་པས་གདུངས་པ་  
 དང་། མཚོ་དང་རྩིང་བུ་ལ་སོགས་པ་གང་དང་གང་དག་  
 ཡོད་པ་དེ་ནམས་འཐུངས་ཀྱང་ངོམས་པར་མ་གྱུར་  
 ཏོ། །དེ་ནས་སངས་ཉེ་རྒྱ་མཚོ་འཐུངས་པ་ལས། དེའི་ཆོ་  
 དུག་ཅན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དང་། དེ་  
 ལ་ཆུང་མ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། གཅིག་ལ་འཚོལ་པ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་བུ་ཡོད་ལ། ཅིག་ཤོས་ལ་སྟ་ཆེན་པོ་ལས་མཚོག་  
 ཐོབ་པའི་བུ་དུག་བྲི་ཡོད་པར་གྱུར་ཏོ། །ཇི་ཙམ་ན་རྒྱལ་  
 པོ་རྟའི་ཆོལ་ཞེས་བྱ་བའི་མཚོད་སྦྱོན་བྱེད་པར་ཚུམ་  
 པར་གྱུར་ནས་སྒྲོམ་པ་སྤངས་ཏེ། མཚོད་སྤྲོང་ལ་  
 བཏགས་པའི་རྟ་མཚོད་སྦྱོན་གྱི་ཡོ་བྱད་དུ་བསོགས་ཤིང་  
 མེ་ཐབ་གྱི་ཁ་བྱེར་ལ་སོགས་པ་བྱས་ནས་རྟ་དེ་དག་

ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བའི་ཕྱིར། ཅུ་དྲུག་ཁྱི་པོ་ཐམས་ཅད་གོ་  
 ཆ་བགོས་ཤིང་མཚོན་ཆའི་ཁྱད་པར་དུ་མ་ལག་ན་  
 ཐོགས་པར་བྱས་ནས་བསྐྱེད་དུ་བཅུག་གོ། ཇི་ཙམ་ན་  
 ཁྱབ་འཇུག་གིས་བསམ་པ། རྒྱ་མཚོ་འདི་ཐམས་ཅད་  
 སྐམས་པར་གྱུར་ན་ཐབས་གང་གིས་འདི་ཡོངས་སུ་  
 དགང་པར་བྱ། མ་ལ་ངས་རྒྱལ་པོ་དྲུག་ཅན་པའི་མཚོད་  
 སྦྱོན་བྱ་བའི་གནས་ནས་ཏྲ་རྒྱས་ན་རྒྱ་འདི་ལས་ངའི་  
 དོན་འདི་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་བསམས་ཏེ། ཏྲ་  
 སྒངས་ནས་ས་འོག་དུ་ཁྱུགས་པར་གྱུར་ཏོ། ཇི་ཙམ་ན་  
 དྲུག་ཅན་པའི་ཅུ་རྒྱམས་ཀྱིས་གཏམ་དེ་ཐོས་པ་དང་། རྒྱ་  
 མཚོ་བཀོས་ཏེ་ས་འོག་དུ་ཁྱུགས་པ་ལས་ཁྱབ་འཇུག་  
 དྲང་སྤྱང་སེར་སྦྱུའི་གཟུགས་ཀྱི་ཆ་ལྷགས་འཛིན་པ།  
 སེངྒེའི་ཁྱིའི་སྦྱང་ན་འདུག་པའི་གན་ན་ཏྲ་ཐམས་ཅད་  
 འདུག་པ་མཐོང་བ་དང་། འདིས་འདི་དག་ཕྱོགས་སོ་  
 སྟམ་ནས་ཁྱོ་བོའི་ཤུགས་མི་བཟད་པར་གྱུར་པས་ཁྱབ་



འཇུག་ལ་བརྟམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རྟ་རྣམས་ཁྱེར་བར་བརྟམས་  
 པ་དང་། དེས་དུག་ཅན་པའི་བྱས་བརྟམ་པར་ཤེས་ནས་  
 ཁྱོ་བས་གདུངས་པའི་མིག་དག་བརྟམ་པས་ཐམས་ཅད་  
 ཐལ་བར་བྱས་སོ། །དེ་དག་གི་ནས་དཔྱལ་བར་སྐྱེས་པ་  
 དང་། དུག་ཅན་པས་ཇི་ལྟར་གྱུར་པ་དེ་ཐོས་ནས་རྟ་  
 སྒངས་པའི་ཕྱིར་འཆོལ་པ་བཏང་ངོ་། །དེ་སོང་སྟེ་བྱ་བ་  
 འཇུག་བསྟོད་པ་ལ་སོགས་པའི་མཆོད་པས་མགུ་བར་  
 བྱས་ནས་རྟ་སྒངས་ཏེ། སྤར་རང་གི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་འོང་  
 ནས་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་མཆོད་སྦྱོན་གྱི་བྱ་བ་བར་ཆད་མེད་  
 པ་ཉིད་དུ་བྱས་སོ། །རྒྱལ་པོ་དེ་དུས་བྱས་ནས་ལྷའི་  
 གནས་སུ་སྐྱེས་སོ། །དེ་ནས་འཆོལ་པ་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ཏེ།  
 དེའི་བུ་སྐྱུར་བ་ཅེས་བྱ་བ་རྒྱལ་སྤེད་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་  
 དང་། ཇི་ལྟར་བདག་གི་ཁྱ་བོ་རྣམས་རྒྱ་འདིས་དཔྱལ་  
 བར་སྐྱེས་ཞེས་ཐོས་ཀྱི། དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་གྱི་བྱ་བ་དུག་  
 ཅན་པའམ། བདག་གི་པ་འཆོལ་པས་ཅི་ཡང་མ་བྱས་ཀྱི།

ད་ངས་དེའི་དགོས་པ་བྱའོ་སྒྲུལ་ནས་གསྐྱ་དབབ་པར་  
 བྱ་བའི་ཕྱིར། ལྷའི་ལོ་སྒྲུལ་བྱའི་བར་དུ་དཀའ་ཐུབ་སྟུང་  
 གྲང་དེས་གསྐྱ་དབབ་པར་མ་རྒྱས་སོ། །དེ་འདས་པར་  
 བྱུར་པ་དང་། དེའི་བྱ་ལེ་པས་གསྐྱ་དབབ་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར། ལྷའི་ལོ་སྒྲུལ་བྱའི་བར་དུ་དཀའ་ཐུབ་སྟུང་གྲང་  
 དེས་གྲང་མ་རྒྱས་སོ། །དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གཞན་དུ་སོང་  
 བ་དང་། དེའི་བྱ་སྟ་གོ་ར་ཐས་དཀའ་ཐུབ་ཆེན་པོས་  
 ཆངས་པ་མགུ་བར་བྱས་པ་དང་། དེས་དེ་ལ་མཆོག་སྦྱོན་  
 པ། ཅེ་ནས་གྲང་ངས་མའི་འཇིག་རྟེན་དུ་གསྐྱ་དབབ་པ་  
 དེ་ལྟར་བྱའོ་ཞེས་སྒྲུལ་ནས། ཆངས་པས་གྲང་གསྐྱ་ལ་  
 མའི་ཡུལ་དུ་འབབ་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུལ་པ་དང་། དེ་  
 ཤིན་ཏུ་སྦྱོ་སྒྲུལ་འདོན་ཏེ། ཇི་ལྟར་ང་དེར་སོང་ནས་  
 ཐུན་མོང་དུ་འགྱུར་ཞིང་། རིགས་ངན་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་གྱིས་གྲང་བསྟེན་པར་འགྱུར་ན། གནས་སྐབས་  
 འདི་ལྟ་བུ་ཇི་ལྟར་སྟུང་པར་བྱ། མེས་པོའི་བཀའ་ལས་

འདྲའ་བར་བྱ་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་  
 རྟགས་ཆེན་པོར་སོང་ལ། ས་འོག་ཉིད་དུ་ཞུགས་པར་  
 བྱའོ་སྟམ་པ་དང་། ཅི་ཁྱོད་ཀྱིས་མེད་འཇིག་རྟེན་དུ་དག་  
 བྱེད་མ་བྱས་པར་ས་འོག་དུ་འབབ་པར་བྱེད་དམ་ཞེས་  
 ཆར་བཅད་ནས། ལྷ་ཆེན་པོས་རང་གི་རལ་པའི་ཚྲགས་  
 ཀྱི་ནང་དུ་བཞག་པར་གྱུར་ཏོ། །དེ་ཡང་དེ་ནས་འབྱུང་  
 བ་ལ་ལྷའི་ལོ་སྟོང་གི་བར་དུ་འཁོར་ཞིང་འབབ་ཀྱང་  
 རལ་པ་དེའི་མཐའ་རྟེན་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །དེ་ནས་ཡང་  
 སྐལ་ལྷན་གྱི་ཉམ་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་ཁྱོད་པར་ཆེན་པོས་  
 ལྷ་ཆེན་པོ་དགའ་བར་བྱས་ནས། རལ་པ་བཙོར་བ་དང་།  
 རི་ཏི་སེའི་སྟེང་དུ་ཐེགས་པ་གཅིག་འབབ་པར་གྱུར་པ་  
 ལས་སྐད་ཅིག་མ་གཅིག་ལས་དེར་མཚོ་ཆེན་པོ་གཅིག་  
 དུ་གྱུར་ཏི། དེང་སང་ན་ཡང་ཐེགས་པ་བདུན་དུ་གྱུར་  
 ནས། སི་ཏ་སི་རྩུ་པལ་དང་། །གཞུ་དེ་བཞིན་འཇིག་རྟེན་  
 གྱུར། །ཀླུ་དང་ཆོམ་པ་ཉིད་དང་ནི། །ན་ལི་ནི་ནི་

བདུན་པར་བཤད། །ཅེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཇི་ཙམ་ན་གསུ་  
 རྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དེ་འདྲའ་བར་བྱའོ་སྟམ་  
 ནས་དྲེགས་པ་དང་བཅས་པར་རི་ཁ་བ་ཅན་ཕྱག་སྟེ།  
 དེའི་སྐུ་ལ་ནས་བདེ་བར་འབབ་པར་གྱུར་དོ། །ཡང་དེའི་  
 ཆོ་དྲང་སྤང་ཇི་ཆུ་ཞེས་བྱ་བ་དཀའ་ཐུབ་དུག་པོ་ཅན་  
 ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རི་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྐུ་ལ་ན་རྣལ་འབྱོར་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་བརྩོན་ཞིང་གནས་པར་གྱུར་དོ། །དེས་ཀྱང་  
 ཅ་ཅའི་སྐྱ་སྐྱོགས་ཤིང་སྒྲིག་པས་དལ་གྱིས་འབབ་པར་  
 མཐོང་བ་དང་། ཤིན་ཏུ་ཁྱོས་པར་གྱུར་ཏེ་སོང་ནས་སྐྱས་  
 པ། ང་ཡི་གནས་དང་ཉེ་བ་འདིར། །བྱད་མེད་འདི་ནི་  
 སྒྲིག་པ་ཡིས། །འཛོམ་པ་མེད་པ་ཅི་ཕྱིར་འགོ། །སྦྱོད་ངན་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡིན། །ཞེས་སྐྱས་ཏེ་དེ་སྤངས་ནས་  
 འཐུངས་སོ། །ཡང་སྟ་གོ་ར་ཐས་དྲང་སྤང་དེ་དཀའ་ཐུབ་  
 ཀྱིས་མགུ་བར་བྱས་པ་དང་དེས་སྐྱོགས་སོ། །དེ་དེ་ནས་  
 བྱང་ནས་གོགས་མེད་པར་ཕྱོགས་བཞིར་སོང་སྟེ། ས་

འོག་གང་བར་བྱས་ནས་དུག་ཅན་པའི་བྱ་དང་འབྲེལ་  
 བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལྷག་མ་རྣམས་རྣམ་པར་བརྟུན་ལ།  
 དེས་ཀྱང་དེ་རྣམས་དཔྱལ་བ་ལས་འཕོས་ཏེ་མཐོ་རིས་  
 ལྷ་སྦྱོར་པར་གྲགས་སོ། །དྲང་སྤྱང་ཨ་གསུ་འདིས་སྡོན་གྱི་  
 དུས་སུ་རི་བོ་འབྲིགས་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ཅེ་མོ་ཏེ་ཅང་མཐོ་  
 བས་ཉི་ཟླ་སྦྱིབ་པར་གྱུར་བ་དེ་བསྐྱེལ་ནས་རྩ་བ་རྒྱབ་  
 བྱང་དང་ཅེ་མོ་ཤར་སྟོར་བསྟན་ནས་ཡོད་པར་གྲགས།  
 དེས་ན་དྲང་སྤྱང་འདིའི་མིང་ལའང་ཨ་གསུ་རི་འདོར་  
 རམ་རི་བསྐྱེལ་ལམ་རི་བྱི་ཅེས་གྲགས་པས། ལེགས་པར་  
 བྱས་བྱེད་གང་གྱུར་ཨ་གསུཅ། ཞེས་ར་བྱས་སོ། །དེ་ཡང་  
 ཨ་ག་རིའི་སྐད་དོད་དང་། །ཉམས་འདོར་བའི་བྱིངས་ལ་  
 ར་རྩེན་དང་། སྤ་རསྐར་ར་ལ་སོགས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སུའ་  
 སྦྱར་བ་ཡིན་ལ། ཡང་ན་སྟེན་སྟེན། ཨ་གསྟེ་ཡིས་འབྲིགས་  
 བྱེད་རི་ཅེ་བསྟེལ། ཞེས་བརྗོད་བ་ལྟར་ན། ཨ་སུ་འཕེན་  
 པའི་བྱིངས་ལ་ཁྱེན་སྦྱར་བས། ཨ་གསྟེ་ཞེས་པ་བོད་སྐད་

དུ་རི་འཕེན་ཏེ། རི་ཁྱི་ཞེས་བརྗོད་པ་ནི་དང་སྤང་སྤྱི་  
 མིང་དུ་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་སོ། །དཔེ་ལ་ལར་ཨ་ག་ཏ་  
 ཞེས་བྲིས་པ་ནི་ཡིག་ཅོར་དང་། སྐར་མ་འདི་ཤར་བའི་  
 ཆོ་ཁུ་ནམས་ཡན་ལག་བརྒྱད་ལྔ་དུ་འགྱུར་བ་ཡོངས་  
 གྲགས་ལྟར་ལྷ་ཟེར་དུ་འང་བཤད། རི་བྱི་རྒྱ་མཚོ་སྐྱགས་  
 ཞེས་གྲགས་པ་ལྟར་ན་རྒྱ་མཚོ་སྐར་གང་དགོས་རྒྱ་ལ་རྒྱ་  
 མཚོ་མེད་པས་དེ་གང་བའི་ཐབས་བྱབ་འཇུག་གི་འཕྲུལ་  
 གྲིས་སྐར་ལྟ་ཡུལ་ནས་གསྐྱ་དབབ་པའི་ལོ་རྒྱས་འབྱུང་  
 བྱུར་དེ་ནི་དབྱུང་གཞིར་སྤང་ངོ་། །གཞན་ཡང་ལོ་རྒྱས་  
 འདི་དང་མཐུན་པ་འགྲེལ་བ་འདོད་འཇོར་ཡང་། དྲང་  
 སྤང་གི་རྒྱལ་པོ་ཇ་རྩལ་ངེས་པའི་མཚོད་སྤྱོན་ལ་བབས་  
 པས་འབྱུངས་ཏེ་སྐྱགས་པས་བྱ་མོར་ཡང་གྲུབ་པའི་བྱུར་  
 དེའི་བྱ་མོའོ། །སྤྱི་གྲོ་ར་ཐེ། སྐལ་ལྔ་ཤིང་རྟའི་རྒྱུད་དེ།  
 རྒྱལ་པོ་སྐལ་ལྔ་ཤིང་རྟས་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཕབ་པའི་  
 བྱུར་དེའི་བྱ་རྒྱུད་དོ། །ཏི་པ་ཐ་གྲ། ལམ་གསུམ་འགྲོ་སྟེ།

མཐོ་རིས་དང་ས་འོག་གི་ལམ་གསུམ་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། ཁྱི་སྒོ་ཏུ། རྒྱུན་གསུམ་པ་སྟེ་ཆངས་པའི་འཛིག་རྟེན་  
 རས་རྒྱུན་གསུམ་གྱིས་བབས་པའི་ཕྱིར་ཏེ་དོན་གཞན་གྱི་  
 བསྐྱུ་བའོ། །སྒྲིལ་སྒྲུལ། འཛིགས་བྱེད་སྒྲིལ་ཏེ། སྒྲུ་བུའི་  
 བཅུན་མོར་གྱུར་ནས་འཛིགས་བྱེད་སྒྲིལ་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་འབྱུང་། རྒྱ་མཆན་དེ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱ་  
 བོ་གསྐྱུ་ལ་མེས་པོའི་རལ་གྱུང་དང་ལམ་གསུམ་བཟོད་  
 ཅས་ཀྱང་བྱའོ། །དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་ཇ་རྒྱུའི་བྱ་མོའི་རྒྱ་  
 དར་གོས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་བཀོད། དེ་ཉིད་ལྟ་ཆངས་པས་  
 བྱལ་འཇུག་ལྟ་མེན་ལས་རྒྱལ་བའི་བྱ་དགའ་ལ་གསྐྱུ་  
 ཞབས་བསིལ་དུ་བྱེན་མོ་ཞེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྦྱར་  
 རས་འཕྲོག་བྱེད་དེ་བྱལ་འཇུག་གི་རྟུང་པའི་ཚེར་རེག་  
 པའམ་ལྡན་པ་ལྟ་མེན་གྱི་འཛིགས་པའི་དོགས་པ་མེད་  
 དེ་བཙམ་ཟེན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་རྣམས་དགའ་བའི་དགའ་  
 ལྟོན་དུ་བསྒྲེངས་པའི་རྒྱལ་མཆན་འདི་ཉིད་རྣམ་པ་ཀུན་



ཏུ་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་ཤིས་པ་བརྗོད་པའོ། །དེ་  
 བཤད་པ་ནི། གང་ཞིག་ཁྱད་པར་ཚོགས་པ་ཡི། གཟུགས་  
 གྱི་རྒྱལ་མཚན་འདི་འདྲ་བ། །དེ་ནི་རྐང་པ་ལ་བཀོད་  
 དེ། །ཁྱད་པར་དང་བཅས་གཟུགས་ཅན་ནོ། །གང་ཞིག་  
 དཔེ་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་ཁྱད་པར་མི་འདྲ་བ་གཉིས་  
 ཚོགས་པ། །དཔེ་རྒྱལ་མཚན་ལ་སོགས་པ་དཔེར་བུའི་  
 དངོས་པོ་གཉིས་ལས་གཞན་ཞིག་གི་གཟུགས་སུ་གྱུབ་པ་  
 འདི་ནི། རྒྱན་འདིའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པས་གཞུང་གི་  
 དཔེར་བརྗོད་པ་འདིར་གསྐྱའི་ཁུ་གོས་འཕྲོག་བྱེད་གྱི་  
 རྐང་པ་ལ་རེག་པའམ་ལྡན་པ་སྟེ་བཏགས་པའི་སྐད་  
 བོད་རྒྱ་དཔེར་མེད། དེས་ན་གསྐྱ་དང་ཁྱབ་འཇུག་གི་  
 རྐང་པ་ཁྱད་པར་གཉིས་ཚོགས་པས་དཔེ་ཅན། རྒྱལ་  
 མཚན་གྱི་དཔེའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་ཕྱིར་ཁྱད་པར་  
 དང་བཅས་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །འདི་ལ་སྤར་གཞུང་  
 ཚོག་གི་འགྱུར་འཕྲོག་བྱེད་རྐང་པ་ཇ་ལྷ་ཡི། །བྱ་མའི་ཁུ་



གོས་ཚེ་ལ་བཏགས། །ཞེས་དང་། གང་ཞིག་ཏྲིག་གི་བྱང་  
 པར་ནི། །ཚོགས་ཀྱི་གཟུགས་ནི་འདི་འདྲ་བ། །ཞེས་  
 འབྱུང་བས་འགྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་གོ་བ་ལེན་ཚུལ་ཐ་  
 དད་པས་ཁ་ཅིག་གིས་ཏྲིག་དང་བ་དན་དང་དགའ་  
 རྟོན་ལ་བཙུགས་པ་དང་། འཇིགས་པ་མེད་པའི་བྱང་  
 པར་རྣམས་ཚོགས་པའི་གཟུགས་འདི་འདྲ་བ་བྱབ་  
 འཇུག་གི་རྒྱུ་ལ་བཀོད་ནས། ཞེས་དང་། ཁ་ཅིག་  
 གིས་བྱབ་འཇུག་གི་རྒྱུ་ལས་ཏྲིག་བྱས་གསྐྱའི་ཆུ། དར་  
 གོས་ལྷབ་ལྷབ་དུ་བྱས། བྱང་པར་གྱི་གོ་བ་ཡང་དོན་གྱི་  
 ཆ་ནས་བྱབ་འཇུག་གི་ཞབས་བཀྱར་གསྐྱ་བཀོད་པས་  
 དག་བྱེད་གྱི་མཚོག་ཏུ་བྱུབ་པའི་བྱང་འཕགས་དང་།  
 ཚོག་སྦྱར་གྱི་སྒོ་ནས་རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཏྲིག་ལ་ཡིད་བཞིན་  
 རོར་བུ་སྐྱེས་འཇིག་རྟེན་ན་མཚོག་ཏུ་བྱགས་པ་ཞིག་  
 དགོས་པ་ལ། འདིར་ལུས་ཀྱི་དམའ་ཤོས་དམན་པའི་  
 དངོས་པོ་རྒྱུ་ལ། རྒྱལ་མཚན་གྱི་ཏྲིག་མངོན་པར་མཐོ་

བ་མཚན་གི་གནས་སུ་བཀོད་པའི་སྒྲོན་མེད་གྱི་བྱང་  
 པར་ལྷན་པ་ཞེས་དང་། ཡང་ལ་ལ་དག་བྱབ་འཇུག་གི་  
 ཀླང་པའི་ཡུ་བ་གསྐྱའི་ཏྲིག་བཅུགས་པ་ཞེས་དང་། ལྷ་  
 མེན་དྲོགས་མེད་ཅེས་པའི་གོ་བ་ཡང་སྦྱར་ལྷའི་རྒྱལ་  
 མཚན་འཕྱར་བ་ལ་ལྷ་མ་ཡིན་ནམས་སྒྲག་ཅིང་དྲོགས་  
 པ་ཡིན་པ་ལ་ད་ལན་འདི་ལྷ་བུའི་རྒྱལ་མཚན་འདི་ལ་  
 ལྷ་མ་ཡིན་ནམས་དྲོགས་པ་མེད་པ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་  
 བཀྲལ་ནས། །གང་ཞིག་དྲོགས་པ་མེད་པ་དེ་དང་ལྷ་  
 རྒྱལ་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དུ་བཅུགས་པ་གཉིས་  
 བྱང་པར་གྱི་དོན་དུ་འཆད་པ་ལ་གཞན་དག་གིས།  
 རྩལ་བུ་མོ་འཕྲོག་བྱེད་ཀླང་པ་ཡི། །ཆེ་ལ་བཏགས་ཞེས་  
 བཟོད་ན་གསྐྱ་ཉིད། །ཏྲིག་དུ་གྱུར་ཅེས་སྒྲོགས་ཅིང་པའི་  
 གཏམ། །འོ་ན་ཀླང་ཆེ་བྱེན་ལ་བཟླན་ནམ་ཅེ། །ཞེས་སྒྲན་  
 ཀ་བྱེད་པ་སོགས་འཆད་ཚུལ་མང་ཡང་། རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་  
 དགོངས་པ་ནི་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་ཡིན་ལ། ད་ལྷ་

བོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་མཆན་རྣམས་ནི་རྒྱ་ནག་ལྷགས་གྱི་  
 རྣམ་པ་ལྟར་བྱས་པ་མང་ཡང་། རྒྱ་གར་པ་རྣམས་དབྱུག་  
 པའི་རྩེ་མོ་ལ་དར་བཏགས་ནས་འཕྱར་བ་ཅིམ་ལ་རྒྱལ་  
 མཆན་དུ་གྲགས་པ་ལྟར་སྦྱར་ཚུལ་འདི་ཡང་དེ་འདྲ་ལ་  
 དགོངས་པས་ཏྲིག་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད། འདིའི་རྒྱ་  
 དཔེར་གེ་དུ་ཞེས་འབྱུང་བ་རྒྱལ་མཆན་གྱི་སྐད་དོད་  
 ཡིན་པ་སྐབས་འདིར་ཏྲིག་དུ་བསྒྱུར་བ་མི་ལེགས་པས་  
 འདིར་འགྱུར་གསར་བཅོས་གནང་བ་བཞིན་དུ་བཀོད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་ཡང་ང་ལ་བུའི་ཏྲིགས་བརྗོད་ཡལ་  
 འདབ་དུ། མཐུ་ཡིས་རབ་མཐོ་གྲགས་སྟན་དག། གསལ་  
 བའི་གོས་ཅན་ས་གསུམ་དུ། །ཡང་དག་རྒྱལ་པོ་རྣམ་རྒྱལ་  
 བ། །བྱོད་གྱི་རྒྱལ་མཆན་འདི་མཛེས་སོ། །ཞེས་པ་ལྟ་  
 ཟུང་། །འོན་ཀྱང་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆན་འདིའི་མཆན་  
 ཉིད་ཆང་ཕྱིན། དཔེ་རྒྱལ་མཆན་ཁོ་ན་དགོས་པར་མ་  
 ངེས་སོ། །

༡༢ འགལ་བའི་གཟུགས་ཅན།

བརྩ་གཉིས་པ་འགལ་བའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

པར་རྩམས་ནི་མི་བྱམ་ཞིང་། །

ནམ་མཁའ་ལ་ཡང་མི་འགྲོ་བ། །

ཁྱོད་གདོང་ཟླ་བས་བདག་གི་ནི། །

སློག་རྩམས་འཕྲོག་པ་ཉིད་དུ་བཟླ། །

པར་རྩམས་བྱམ་པར་མི་བྱེད་ཅིང་ནམ་མཁའི་ངོས་ལ་

ཡང་མི་འགྲོ་བ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་ཟླ་བ་འདིས་འདོད་

ལྷན་བདག་གི་སློག་རྩམས་འཕྲོག་པའི་ཆེད་དུ་འབད་

པར་བྱེད་དོ། །དེ་བཤད་པ།

ཟླ་བའི་བྱ་བ་བྱ་མེན་དང་། །

གཞན་གྱི་བྱ་བའི་བྱ་བ་འདིར། །

ཡང་དག་བསྟན་ཏེ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

འགལ་བ་ཞེས་བྱའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

གདོང་གི་ཟླ་བ་དེས་ཟླ་བའི་བྱ་བ་པར་བྱས་པ་དང་ནམ་  
མཁའ་ལ་འགོ་བ་ནི་བྱ་བ་མེན་ཏེ་མི་བྱེད་ལ། མངོས་  
ཡུལ་ཆེ་བས་ཆགས་ལྡན་བདག་ལ་ཆགས་པ་བཟོད་  
ཟླགས་མེད་པ་སྦྱེས་པས་འཆི་བ་ལ་ཐུག་པའི་ཕྱིར་  
གཞན་གྱི་སྟེ་མཚན་ཆའི་བྱ་བ་སྟོག་འཕྲོག་པ་ཉིད་  
འདྲིར་གདོང་གི་ཟླ་བའི་བྱ་བར་ཡང་དག་པར་བསྟན་  
ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བྱ་བ་དང་བྱ་མེན་འགལ་བས་ན་འགལ་  
བའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

༡༩ རྒྱུའི་གཟུགས་ཅན།

བརྩ་གསུམ་པ་རྒྱུའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཁྱོད་ནི་ཟབ་པས་རྒྱ་མཚོ་དང་། །

བསྐྱེད་བ་ཉིད་ཀྱིས་རི་བོ་ཡིན། །

འཇིག་རྟེན་རྣམས་ལ་འདོད་པ་ནི། །

སྟེར་སྟེར་དཔག་བསམ་རྒྱུ་འབྱུང་ངོ་། །

བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱེད་ནི་ཟབ་པས་རྒྱ་  
མཚོ་ཆེན་པོ་སྟེ། བསྐྱེད་བའམ་སྦྱོར་བ་ཉིད་ཀྱི་ཡིན་ཏན་  
ཀྱིས་རི་བོ་ཡིན་ལ། ཡིད་ཀྱིས་གང་འདོད་པ་སྟེར་བས་  
དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲོན་ཤིང་ཡིན་ནོ། །དེ་བཤད་པ་ནི།

འདིར་ནི་ཟབ་པ་ལ་སྐྱེས་པའི། །

རྒྱ་རྣམས་དག་གིས་རྒྱ་མཚོ་རི། །

དཔག་བསམ་ཤིང་ཡང་བྱེད་པས་ན། །

འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

ཆོག་སྒྱུར་འདིར་ཟབ་པ་དང་ལ་སོགས་པས་བརྗེད་བ་  
 དང་འདོད་པ་སྟེར་བའི་རྒྱ་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་པས་རྒྱ་  
 མཚོ་དང་རི་བོ་དང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དུའང་བརྗེད་  
 པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་དེ་བྱེད་པས་ན་རྒྱའི་གཟུགས་  
 ཅན་ཞེས་བྱའོ། །གཞན་ཡང་ང་ལ་རྒྱའི་རྟོགས་བརྗེད་  
 ཡལ་འདབ་དུ། རྟོར་འཛིན་གསལ་བ་ཀྱ་བེ་ར། །སྟོབས་  
 དང་ལྷན་པས་གཞོན་རྒྱ་སྟེ། །བྱ་མཚོག་ལྷན་པས་དབང་  
 རྒྱུག་དང་། །དཔལ་དང་འགྲོགས་པས་བྱུང་འབྱུག་  
 དང་། །འོད་རབ་སྟོབས་ཉི་མ་དང་། །སྟེ་བོ་དགའ་བས་  
 ལྷ་བ་དང་། །མཐོང་བས་སྟོབས་གཙོད་དབང་པོ་  
 ཡི། །གཟུགས་མཚོག་འདི་ཡིས་རྣམ་པར་འཛིན། །ཞེས་པ་  
 རྟེན་བྱའོ། །རྒྱན་འདི་ལའང་རྒྱ་མཚོ་གྱི་གཟུགས་ཅན་  
 ཞེས་འདོགས་པ་མེ་ལེགས་ཏེ་སྟེར་རྒྱ་དཔེའི་སྐབས་སུ་  
 ལེགས་པར་བཤད་ཟིན་པ་སྟེར་འདིར་ཡང་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །

༡༥ སྐྱུར་བའི་གཟུགས་ཅན།

བཅུ་བཞི་པ་སྐྱུར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

གྲོགས་མོ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པད་འདི། །

རྒྱ་ཇ་ཏྲི་མས་ཉེར་སྐྱུད་འོས། །

དྲི་ཞིམ་བྱང་བས་དོན་གཉེར་འོས། །

ཀྱི་གྲོགས་མོ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་པར་  
མཚར་སྐྱུག་ཅན་འདི་ནི་ཕལ་པས་སྐྱུད་པར་འོས་པ་  
མིན་ཏེ་རྒྱ་ཇ་ཏྲི་མས་ཉེ་བར་སྐྱུད་པར་འོས་སོ། དྲི་ཞིམ་  
ནི་བྱང་བ་ནམས་ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བར་འོས་སོ། ཞེས་  
པའི་རྒྱང་པ་དང་པོ་དཔེ་ཅན་གདོང་དཔེ་པར་འདི་  
གཟུགས་སུ་བཀོད་པས་གཟུགས་ཅན་དང་། རྒྱང་པ་  
གཉིས་པས་རྒྱ་ཇ་ཏྲི་མའི་སྐྱུར་བ་དཔེ་ཅན་གྱི་སྐབས་  
སུ་ཏྲི་མའི་སྐྱུ་མཚེག་ལ་འཇུག་པས་མའི་རྒྱལ་པོ་མཚེག་



གིས་བྱད་མེད་མཚན་དེའི་གདོང་གི་མཚར་སྟུག་ལ་ཉེ་  
 བར་སྟོད་འོས་པ་དང་། དཔེའི་སྐབས་སུ་རྟོ་ས་ངང་པའི་  
 དངོས་མིང་ཡིན་ས་ངང་པའི་རྒྱལ་པོས་པར་སྟོད་མཚར་  
 སྟུག་ལ་ཉེར་སྟོད་འོས་པར་སྟོན་པ་སྟེ་ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤར།  
 དེ་དཀར་མཚུ་དག་རྒྱང་པ་ནི། །དམར་པོ་ངང་པའི་རྒྱལ་  
 པོའོ། །ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར། གང་  
 ཞིག་ངང་པ་ལྷས་དཀར་ཞིང་རྒྱང་པ་དང་མཚུ་དམར་  
 པོས་མཚན་པ་དེ་ནི་རྩ་ཇ་རྟོ་ས་སྟེ་ངང་པའི་རྒྱལ་  
 པོའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་དེའོ། །རྒྱང་པ་གསུམ་པས་དོན་  
 སྟུར་བ་སྟེ་མཛེས་མ་མཚན་དེའི་ཁའི་དབུགས་ཀྱི་ངོ་  
 ཞེས་ལ་བྱང་བའི་ཚོགས་འདུ་བས་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་།  
 པར་སྟོད་ཀྱི་བསྟངས་ལ་ཡང་བྱང་བས་ཉེ་བར་སྟོད་ཅིང་  
 དོན་དུ་གཉེར་བར་འོས་པ་སྟེ། མདོར་ན་དཔེ་དཔེ་ཅན་  
 གཉིས་ཀའི་ངོ་བསྟངས་ཞེས་པོ་ལ་ལོངས་སྟོད་པ་པོ་བྱང་  
 བ་ཡིན་པར་སྟོན་པའོ། །འདི་ལ་འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ་

དཔེ་ཅན་བྱང་མེད་གྱི་ཁའི་ངོ་ཞིམ་ལ་རྒྱལ་པོས་ལོངས་  
 གྱིན། པརྒྱའི་ངོ་ཞིམ་ལ་བྱང་བས་ལོངས་གྱིན་ཅིང་དོན་  
 གཉེར་དུ་འོས་ཞེས་བཀའ་བ་དོན་གྱིས་ན་དེ་ལྟར་ཐོབ་  
 པས་འགལ་བ་ཆེར་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་བྱང་མེད་གྱི་  
 དབུགས་གྱི་ངོ་ཞིམ་པརྒྱའི་ངོ་བསྐྱང་དང་མཚུངས་པར་  
 བྱང་བས་ལོངས་གྱིན་པར་བཟོད་པ་བྱང་མེད་མཆོག་  
 འགའ་ཞིག་གི་མཆོན་ཉིད་སྟོན་པར་འདོད་པ་དང་།  
 ཁའི་ངོ་ཞིམ་ལ་ཕུལ་བྱུང་གི་བསྟོད་པ་བཟོད་འདོད་  
 ཉིད་གྱི་ཕྱིར་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་བཤད་པ་བཞིན་དུ་འདིར་  
 བཀོད་པ་ཉིད་ལེགས་སོ། །དེ་བས་ན་གཟུགས་ཅན་དང་  
 རྒྱར་བ་གཉིས་ཀ་ངག་གཅིག་གི་རྒྱན་ལ་ཡོད་པ་འདི་ནི་  
 རྒྱར་བའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །འདི་ཡང་སྒྲ་བ་ལང་སྟོང་  
 བརྟུལ་བའི་རྟོགས་བཟོད་ཡལ་འདབ་དུ། གང་དག་  
 མཐོང་པས་ཞེ་སྤང་དུག་གི་ནི། །ཚ་བ་རབ་དུ་ཞི་བ་ཉིད་  
 འགྱུར་ཞིང་། །བདུད་ཚིའི་རོ་བསེལ་སྐྱེ་བོ་དམ་པ་ཡི། །ཟླ་

བ་དེ་དག་སྤྱི་ཡི་ཕྱག་འོས་མིན། །ཞེས་དོན་སྤྱར་ཁོ་ནས་  
བརྗོད་པ་ལྟ་བུའོ། །གཟུགས་ཅན་བཙུ་ལ་པ་དང་བཙུ་  
བྱག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་མིང་མཉམ་དུ་སྟོན་  
པ་ནི།

གཙོ་བོ་དང་ནི་ཕལ་པ་ལ། །

ཆོས་མཐུན་ཆོས་མི་མཐུན་མཐོང་བས། །

དཔེ་དང་ཕྱོག་པ་ཅན་ཞེས་པའི། །

གཟུགས་ཅན་རྣམ་པ་གཉིས་འདོད་དཔེར། །

གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་ཟླ་བ་དང་ཕལ་པ་གདོང་གི་ཟླ་བ་ལྟ་  
བུའི་དཔེ་དཔེ་ཅན་གཉིས་ཆོས་མཐུན་དུ་བརྗོད་པ་དཔེ་  
དང་། ཆོས་མཆུངས་པ་ལས་སྤྱར་ཕྱོག་ནས་ཆོས་མི་  
མཐུན་པ་བརྗོད་པ་ཕྱོག་པ་ཅན་ཏེ་གཟུགས་ཅན་རྣམ་

པ་གཉིས་སུ་འདོད་པ་དཔེར་ན་ཞེས་པའོ། །དེ་གཉིས་སོ་

སོར་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ།

༡༥ དཔེའི་གཟུགས་ཅན།

བཙོ་ལྷ་པ་དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཚྱུས་པས་ཀྱན་ཏུ་དམར་བ་ཡིས། །

བཀའ་པ་བཞིན་གྱི་ཟླ་བ་འདི། །

འཆར་ཀའི་དམར་བ་ལྷན་ཆོགས་པའི། །

ཟླ་བ་ལ་ནི་རབ་ཏུ་འགྲན། །

དཀར་ཞིང་དྲངས་པའི་བཞིན་རས་ལ་ཆགས་པས་ཚྱུས་

པའི་གནས་སྐབས་གྱི་དམར་བས་ཟུང་ཟད་བཀའ་པ་

འདི་ཉ་གང་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ། ཤར་མ་ཐག་པའི་

དམར་འོད་གྱིས་ཟུང་ཟད་བཀའ་པ་དང་ནྟམ་པ་འདྲ་

ཞིང་། དེ་དང་རབ་ཏུ་འགྲན་ནི་ཞེས་དཀར་ཞིང་དམར་  
བའི་ཆོས་མཐུན་གྱིས། དཔེ་དོན་གཉིས་མཚུངས་པ།  
གསལ་བྱེད་གྱི་སྤྱོད་དང་བཅས་པས་ན་དཔེ་རྒྱན་དང་།  
བཞིན་གྱི་སྤྱོད་བཞིས་དཔེ་ཅན་དཔེའི་ངོ་བོར་བཀོད་  
པས་གཟུགས་ཅན་ཏེ་དེས་ན་དཔེའི་གཟུགས་ཅན་ནི། །

༡༥ བསྐྱོག་པ་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན།

བརྩ་རྩག་པ་བསྐྱོག་པ་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

སྟ་རྣམས་གྱིས་ནི་སྤྱོད་པ་འཕྱངས། །

བདག་གིས་ཁྱོད་གདོང་སྤྱོད་པ་འཕྱངས། །

འདི་ནི་གང་བ་མ་ཡིན་ཡང་། །

འདི་ནི་རྟག་ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱུགས། །

སྟ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གཙོ་བོ་རྣམ་མཁའི་སྟ་བ་བདུད་ཅི་  
 རང་བཞིན་ཉིད་འཕྱངས་ལ། བདག་གིས་ནི་བྱོད་གདོང་  
 གི་སྟ་བའི་མཛེས་པ་དོམས་པ་མེད་པར་འཕྱངས་སོ། །དེ་  
 ལས་སྟ་བ་དངོས་འདི་མར་ངོ་ལ་འགྲིབ་པས་རྟག་ཏུ་  
 གང་བ་ཁོ་ན་མ་ཡིན་ལ། །གདོང་གི་སྟ་བ་འདི་ནི་རྟག་  
 ཏུ་དཀྱིལ་འཁོར་རྫོགས་པའོ་ཞེས་ཆོས་མཐུན་པ་ལས་  
 སྟར་ཆོས་མི་མཐུན་པར་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་གཟུགས་  
 ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་ལྡོག་པ་ཅན་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

༡༥ འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན།

བརྩ་བདུན་པ་འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནི།

མཛེས་མ་བྱོད་གདོང་སྟ་བ་ནི། །

འདི་ལྟར་གཞན་དག་གཏུང་བྱེད་པས། །

སྟ་བ་ཉིད་ཏུ་བརྫོད་མིན་ཞེས། །

དེ་ནི་སྦྱང་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

མཛེས་མ་བྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་ཟླ་བ་འདིས་ནི་འདི་ལྟར་  
གཞན་དག་སྟེ་འདོད་ལྡན་བདག་ཉིད་གདུང་བས་སྟེག་  
པར་བྱེད་པས་མཐའ་གཅིག་དུ་བསེལ་བའི་ཟླ་བ་མི་བསྐྱུ་  
བ་ཡང་དག་པ་མིན་ནོ་ཞེས་གདོང་གི་ཟླ་བ་ལ་སྦྱང་པས་  
སྦྱང་པའི་གཟུགས་ཅན་ནམ་གཅིག་པོའི་ཟླ་བ་ཡིན་པ་  
བཀག་པས་འགོག་པའི་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

༡༥ མཉམ་འཛིག་གཟུགས་ཅན།

བཅོ་བརྒྱད་པ་མཉམ་འཛིག་གཟུགས་ཅན་ནི།

གཏུམ་མོ་བྱོད་གདོང་ཟླ་བས་ཀྱང་། །

བརྩེ་བ་མེད་པར་བདག་སྟེག་པ། །

བདག་ཉིད་སྐལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར། །

ཞེས་འདི་མཉམ་འཛིག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

མཆོག་དུ་ཞི་ཡང་མཛེས་ལུ་ཆེ་བས་གདུང་བའི་བྱེད་  
 གདུམ་མོ་ཞེས་བོད་ནས་བྱོད་ཀྱི་གདོང་གི་ཟླ་བ་དགའ་  
 བར་འོས་པ་འདིས་ཀྱང་བཙུང་བ་མེད་པར་བདག་ཆགས་  
 པའི་མེས་ཆེས་ཆེར་སྟེག་པ་འདི་ནི་ཟླ་བའི་བྱེད་ལས་མ་  
 ཡིན་པས་མི་རིགས་སོ་ཞེས་ཐོག་མར་མི་རིགས་པའི་བྱ་  
 བ་བྱས་པ་དེ་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་གདོང་གི་ཉེས་པར་བསྟན་  
 ནས། འོན་ཀྱང་འདོད་ལྡན་བདག་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་མི་  
 བཟོད་པའི་ཆགས་པ་ཉི་བར་གནས་པ་སྐལ་པ་ངན་པའི་  
 སྒྱུན་ཡང་ཡིན་གྱི། གདོང་གི་ཟླ་བའི་སྒྱུན་ཁོ་ན་མ་ཡིན་  
 རོ་ཞེས་གདོང་དང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་གཉིས་ཀ་ལ་  
 མཉམ་པོར་སྦྲད་པས་སམ་པན་ཚུན་གཉིས་ཀ་ལ་སྒྱུན་  
 མཉམ་དུ་འཛིག་པ་མཉམ་འཛིག་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

༡༩ གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན།



བརྩ་དགུ་པ་གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

ཁྱོད་གདོང་འདམ་སྒྲིམ་དོ་ར་འདི། །

སྒྲིམ་མའི་འབྲི་ཤིང་གར་མཁན་མ། །

རོལ་སྒྲིག་དགའ་བས་གར་བྱེད་དོ། །

ཞེས་པ་གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན། །

ཁྱོད་གྱི་གདོང་པ་འདམ་སྒྲིམ་པར་དང་། དེ་ཡང་དོ་ར་

སྒྲིམ་གར་གྱི་ས་གཞིའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་པའི་གཞི་དེར།

སྒྲིམ་མ་འབྲི་ཤིང་དང་། དེ་ཡང་གར་མཁན་མའི་

གཟུགས་སུ་འཕར་མར་བཀོད་ནས། དེ་ཉིད་རོལ་སྒྲིག་

དགའ་བས་གར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་སྒྲིམ་དེ་ཡང་དཔེ་དཔེ་

ཅན་གྱི་འབྲེལ་པ་གོ་རིམ་བཞིན་བསྒྲིག་ཏུ་ཡོད་པ།

གདོང་དང་སྒྲིམ་མ། འདམ་སྒྲིམ་དང་འབྲི་ཤིང་། དོ་ར་

དང་གར་མཁན་མ་སྒྱུར་ནས། རོལ་སྒྲིག་གི་གར་བྱེད་དོ་

ཞེས་པ་ཀྱན་ལ་འཇུག་དུ་ཡོད་པ་འདི་ལྷ་བྱ་གཟུགས་  
 ཅན་འཕར་མར་ཡོད་པས་གཟུགས་ཅན་གྱི་གཟུགས་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་རྒྱན་མཆར་ཞིང་ཡོད་དུ་འོང་བ་ཞིག་  
 རྟེ། སྤྱོན་བཞོན་གྱི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ།  
 མཆམས་སྦྱར་གཞི་ར་ལ་ཡི་བྱ་མའི་སྒྲ་ཆོགས་རྣམ་པ་  
 མཆོག་དུ་ཡང་དག་འབྲེལ། ཅི་ཡང་རབ་དུ་དྲངས་པ་  
 རྒྱས་པ་གཞི་རའི་མཛེས་མའི་འགྲམ་པ་ཤིན་དུ་མཉེན། རོ་  
 ཡི་གཏེར་གྱུར་གང་གི་འཕྱོག་ཆོག་གཡོ་ལྡན་ཀཱ་ཏ་  
 མའི་མིག་གི་ཟེར། ཡོངས་འདྲིས་རྣ་བའི་བར་དུ་  
 འགྲོགས་ལྡན་ལེགས་བཤད་ཆུ་གཏེར་དེ་ནི་ཕྱག་བྱར་  
 འོས། ཞེས་པ་ལྷ་བྱའོ། །

༢༠ བསྟོན་དོར་གྱི་གཟུགས་ཅན།

ཉི་ཤུ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་གཟུགས་ཅན་ནི།

འདི་ནི་གདོང་མེན་འདི་པར། །

འདི་དག་མིག་མེན་འདི་བྱང་བ། །

འདི་རྣམས་གོ་སར་ཉིད་ཡིན་འདི། །

ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲོ་ལོ་འོད་ཟེར་མེན། །

ད་ལྟ་བདག་གི་མིག་ཟུར་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་  
མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་འདི་ནི་མི་མའི་གདོང་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ་མི་ཏྲོག་པར་ཡིན་ལོ། །གནག་ཅིང་རྣམ་པར་  
འཕྱལ་པའི་རྣམ་པ་ཅན་འདི་ཡང་མིག་མེན་ཏེ་བྱང་བ་  
ཟེང་ཞིང་འཁོར་བ་ཡིན་ལོ། །དཀར་ཞིང་ཐགས་བཟང་  
མཛེས་པ་འཁོར་བ་འདི་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲོ་ལོ་འོད་ཟེར་མེན་ཏེ་  
པར་འཁོར་གོ་སར་གྱི་ཟེང་བ་ཡིན་ལོ། །དེ་བཤད་པ།

གདོང་ལ་སྐྱོ་སྐྱོ་པ་ཉིད་བསྐྱོ་སྐྱོ། །

པར་ལ་སྐྱོ་སྐྱོ་གཟུགས་བྱས་པས། །

ཡོན་ཏན་ཁྱོད་འཕགས་གསལ་བྱེད་པ། །

དེ་ཉིད་བསྟོན་དོར་གཟུགས་ཅན་ནོ། །

གདོང་པ་དང་མིག་དང་སེའི་འོད་ཟེར་གྱི་ཡུལ་ལ་  
བསྟོན་ནས་གོ་རིམ་རིམ་ལྔ་བར་པར་དང་བྱང་བ་དང་གེ་  
སར་གྱི་མཛེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྟོན་དོར་བས་བསྟོན་  
དོར་གྱི་གཟུགས་ཅན་ཏེ་དཔེ་ཅན་ལ་བསྟོན་དོར་ནས་  
དཔེ་ཡིན་པར་བརྗོད་པ་ཉིད་འདིར་གཟུགས་སུ་བཀོད་  
པའོ། །འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གི་བསྟོན་པ་  
བརྒྱ་པར། རལ་ཚོགས་མ་ལགས་མ་ལུས་སྦྱེ་བའི་ཡིད་ནི་  
འཆིང་བར་བབྱེད་པ་ཞགས་པའི་ཡུང་པོ་ལགས། །ཞེས་  
གསུངས་པའང་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

དཔེ་རྒྱན་དང་ཐུན་མོང་གི་དོན་བསྟུ་བ།

གསུམ་པ་དཔེ་རྒྱན་དང་ཐུན་མོང་གི་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

གཟུགས་ཅན་དཔེ་ཡི་རྣམ་རྟོག་རྣམས། །

མཐའ་ཡོད་མ་ཡིན་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

སྒྲོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པ་ཅམ་བཟླས། །

མ་བཟོད་རྒྱུ་དཔག་པར་བྱ། །

གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་དང་དཔེའི་རྒྱན་དག་གི་རྣམ་རྟོག་  
དབྱེ་བའི་སྒྲོ་ལྷན་པ་རྣམས། རྟོག་པ་ཅམ་གྱི་འཇུག་པས་  
མཐར་ཐུག་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་འདྲི་རྣམ་  
རྟོག་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་བའི་སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་  
པའི་སྤྱོད་པ་ཅམ་སྤྱོད་པར་གྱི་ངོ་བོ་ཅུང་ཟད་བཟླས་  
པ་འདྲིས་མཆོན་ནས་སྒྲོ་དང་ལྷན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདྲི་  
མ་བཟོད་པ་གཞན་ཡང་རྒྱུ་དཔག་པས་རྟོགས་པར་  
བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ཉིད་ཉེ་བར་མཆོན་ན་དཔག་  
བསམ་འབྲི་ཤིང་དུ། ཉིན་མའི་སྤྱང་བ་ཤིན་ཏུ་  
གཞོན། །མཆོན་མའི་སྤྱན་མའི་སྤྱང་མེད་ཀྱིས། །ཐོས་པ་  
ཐོད་པའི་དུམ་སྤྱ་བཞིན། །རི་བོང་ཅན་ནི་སྤྱང་བར་

གྱུར། །ཞེས་རབ་བརྟགས་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་དང་། གཙུག་  
ན་ལོ་ར་བུའི་ཡལ་འདབ་དུ། འགོ་འདིར་སྒྲིས་པ་ཆད་  
བྱུང་རིན་ཆེན་ཆོགས། །ཆུ་སྤོར་འབྱུང་གནས་དག་ལས་  
སྐྱེ་བར་ལྡན། །ཁྱེ་ཞེས་ཀྱང་ནི་རབ་དུ་གསལ་བ་བྱ། །བདེ་  
བར་འགོ་བ་སྐྱེས་བུ་རིན་ཆེན་སྐྱེས། །ཞེས་དོན་གཞན་  
བཀོད་པའི་གཟུགས་ཅན་དང་། བསྐྱུགས་འོས་བསྐྱུགས་  
བསྟོད་དུ། ལྷ་ལ་བྱིས་པ་ལྷ་ལྷ་ཆེ་ཞིང་། །ཏིང་འཛིན་  
ཤིང་གིས་རྣམ་པར་བརྟན། །ཡེ་ཤེས་འབབ་ཆུས་བྱུང་  
གྱུར་པ། །ཆུ་བའི་གངས་ཅན་རི་བོ་ལགས། །ཞེས་པས་  
སྒྲིན་མེད་གཟུགས་ཅན་ལ་སོགས་པ་མང་དུ་སྒྲིས་པས་  
ཆོག་གོ།

དོན་རྟོག་བཞི་པ། གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་

བཞི་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྟོག་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་སྤྱིར་  
བསྟན། དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད། མ་བཤད་པ་བསྐྱུག་ལྷ་

གྲིས་མཐུག་བསྐྱ་བའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྐྱར་  
པ་ནི།

རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྫས། །

ཆོག་གཅིག་ལ་ནི་གནས་པ་ཡིས། །

གལ་ཏེ་ངག་ཀྱན་ལ་ཕན་ན། །

དེ་ནི་གསལ་བྱེད་དུ་བཟོད་དཔེ། །

རིགས་ལ་སོགས་པ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཟོད་བྱེད་ཆོག་  
གས་ངག་གི་ཕྱོགས་གཅིག་ན་སྟེ། དང་པོ་འཇ་བར་རམ་  
ཐ་མ་ལ་གནས་པའི་གསལ་བྱེད་དེ་ཉིད་མེད་ན། ལྷག་  
མའི་ཆོག་རྣམས་མི་གསལ་ཞིང་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་བ་  
ལ། དེ་ཉིད་ཡོད་པས་ངག་དེའི་རྒྱན་ལྷ་ཕྱི་རྒྱན་གསལ་  
བར་བྱེད་པ། །དེ་ལྷ་བྱ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་དུ་མཁས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་དོ། །

༡ རིགས་དང་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྩལ་བཅས་བཞི་ཀ་ཐོག་  
མའི་གསལ་བྱེད།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་དྲུག་སྟེ། རྗོད་བྱེད་  
བཞིས་དང་པོའི་གསལ་བྱེད། བར་དང་མཐའི་གསལ་  
བྱེད། འཕྲུང་བའི་གསལ་བྱེད། འགལ་དོན་གྱི་གསལ་  
བྱེད། དོན་གཅིག་གི་གསལ་བྱེད། སྒྱུར་བའི་གསལ་བྱེད་  
དོ། །དེ་ལས་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་ལའང་བཞི་ལས། དང་  
པོ་རིགས་བརྗོད་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

སྟོ་ཡི་རྒྱུང་གིས་འབྲི་ཤིང་གི།

འདབ་མ་རྩིང་པ་ལྷག་པར་བྱེད། །

དུད་པའི་ལྷས་ཅན་མ་རྣམས་ཀྱི།

ཁིངས་པ་གསར་དུ་འཛོམས་པར་བྱེད། །



སྟོན་པ་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུ་གིས། འབྲི་ཤིང་གི་འདབ་མ་  
 རྟིང་པ་རྣམས་ས་ལ་སྟགས་པར་བྱེད་ཅིང་། ལང་ཚོ་ཆེས་  
 བདོ་བས་རྒྱ་མའི་ཁུར་གྱིས་དུད་པའི་ལྷས་ཅན་ཁིངས་  
 ལྡན་མ་རྣམས། རྟེན་པ་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁིངས་པའང་།  
 འདོད་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུ་དེས་  
 འཛམས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་སྟོན་པ་མ་ལ་  
 ཡའི་རྒྱུ་སྟེའི་རིགས་བཙོང་པའི་སྒྲ། ཐོག་མ་ན་ཡོད་  
 པས་ངག་ཀུན་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །འདིར་དུད་པའི་  
 ལྷས་ཅན་ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར། །ན་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱ་ལ་ཞེས་འབྱུང་  
 བའི་ན་ཏ་ནི་དུད་པ་སྟེ། སྟོབ་དཔོན་ངག་དབང་གྲགས་  
 པའི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ། རྒྱ་མའི་ཁུར་གྱིས་དུད་པར་བཀྲལ་  
 བས་མདུན་དུ་གྲག་པའི་དོན་ཡིན་མོད་ཀྱང་དེ་སྟོ་  
 བཏགས་ཅམ་དུ་བས་དོན་རང་རྒྱ་ཁུར་སྟེ་བ་ཅམ་  
 བཙོང་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱ་བ་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

རྒྱལ་ལྷ་གཉིས་བཞི་དོགས་ཀྱི།

སྐྱེད་མོས་ཚལ་དུ་སོ་ཅན་ཏེ།

ཁོར་ཡུག་རི་བོའི་ཁོངས་སུ་ཡང་།

བྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཀླུ་འཛིན་འོད།

འདིར་རྒྱལ་ལྷ་ཞེས་པ་བྱ་བ་བརྗོད་པ་དང་པོ་ན་ཡོད་པ་ནི་  
གསལ་བྱེད་དེ་སྐྱེད་བཞིའི་དབུས་ན་གནས་པའི་རི་  
དབང་ལྷན་པོ་ལ་སྟོས་པའི་ཤར་སྟོ་རྒྱལ་བྱང་གི་ཕྱོགས་  
ཆས་ཕྱེ་བའི་ཁོར་ཡུག་གི་རྒྱ་མཚོ་བཞིས་དོགས་སམ་  
འགྲམ་གྱི་སྐྱེད་མོས་ཚལ་དུ་སོ་ཅན་ཏེ་སྐྱེད་པོའི་རྒྱལ་པོ་  
རྣམས་རྒྱལ་། དེ་ཡང་ལྷ་འགྲེལ་རྣམས་སུ་འཆི་མེད་  
མཛོད་ལས། ས་སྐྱེད་བྱ་དང་པར་དཀར། གཞུང་འཆིང་  
མིག་སྟོན་ས་ལ་དགའ། མེ་ཏྲོག་སོ་ཅན་ས་ཀྱན་པ། ཁ་

མཛེས་ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་བརྒྱད། །ཅིས་དྲངས་ནས་  
 ཕྱོགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་དེ་རྣམས་ལ་ངོས་བཟུང་ཡང་རྒྱ་  
 འགྲེལ་དུ་ནི་ཤར་སྟོ་རྒྱབ་བྱང་གི་ཚུ་གཏེར་ཆེན་པོ་  
 བཞིའི་ངོགས་ཀྱི་གྲུབ་པས་བསྟེན་པར་བྱ་བའི་སྐྱེད་ཚལ་  
 ཚལ་རྣམས་སུ་སྒྲུང་པོའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་རྒྱུ་། །ཞིས་པ་  
 ཅམ་འབྱུང་ངོ་། གཞན་ཡང་བཟྃ་པར་འདོད་པའི་  
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཏོང་བ་དང་དཔའ་  
 བ་ལ་སོགས་པའི་གྲགས་པ་དཀར་པོ་མེ་ཏོག་ཀྱུ་རྣམས་  
 འོད་དང་འདྲ་བ་རྣམས་འཇིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱི་ལྷགས་རི་  
 ཁོར་ཡུག་རི་བོའི་ཁོངས་སུ་ཡང་རྒྱུ་། །ཞིས་རྒྱལ་པོ་དེའི་  
 གྲགས་པ་དེ་ན་གནས་པ་རྣམས་ཀྱི་འང་རྣ་བའི་ལམ་དུ་  
 འཇུག་གོ། །ཞིས་སྒྲུང་པོ་སྐྱེད་ཚལ་དང་། །གྲགས་པ་  
 ལྷགས་རིའི་ཁོངས་སུ་ཞིས་པའི་ངག་རངས་པོ་དེ་རྣམས་  
 རྒྱུ་ཞིས། བྱ་བ་བཟྃ་པ་ཐོག་མ་ན་ཡོད་པ་དེས་གསལ་  
 བར་བྱེད་པའོ། །

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

སྔ་བསངས་ཉིད་དོ་སྟོགས་ནམས་ནི། །

དབྱར་སྐྱེས་ཆུ་འཛིན་ཕྱེད་བ་ཡིས། །

ས་ཡང་རྩ་སྔོན་གསར་བ་ནི། །

ཤིན་ཏུ་གཞོན་པའི་ཕྱེད་བས་སོ། །

སྔ་བསངས་ཉིད་དོ། །དེ་ཡང་སྟེ་ཞིག་ན་ནམ་མཁའི་  
སྟོགས་ནམས་ནི་དབྱར་ལས་སྐྱེས་པའི་ཆུ་འཛིན་སྐྱོན་  
སྔོན་གྱི་ཕྱེད་བས་སོ། །ས་གཞིའི་ཁྱོན་ཀུན་ཀྱང་རྩ་སྔོན་  
པའི་སྟེ་གྲུ་གསར་བ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་པ་སྟེ་འཇམ་པའི་  
ཕྱེད་བ་དག་གིས་སོ། །དེས་ན་འདྲིར་སྔ་བསངས་ཞེས་  
པའི་ཁ་དོག་གི་གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་དང་པོ་  
ན་ཡོད་པས་སྟག་མ་ངག་རངས་པོ་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
ཡིན། འདྲིས་མཚན་ནས་གཟུགས་མཛེས་པ་དང་མི་

མཛེས་པ་གཉིས་གཟུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན། དེ་བཞིན་  
དུ་དབྱིབས་ཀྱི་གཟུགས་རིང་བ་དང་ཐུང་བ་ལའང་འདྲ།  
བར་མ་བཏང་སྟོམས་པ་རྣམས་ནི་མི་གསལ་ཞིང་རྩ་ལ་  
མ་རྗེས་པའི་ཕྱིར་སྟོན་ངག་གི་སྐབས་འདིར་ཡོན་ཏན་  
ཀྱི་དཔེར་བརྗོད་ལ་མི་རུང་ངོ་། །

བཞི་པ་རྩལ་བརྗོད་ཐོག་མའི་གསལ་བྱེད་ནི།

ཁྱབ་འཇུག་རྣམ་གཞོན་ལ་གནས་པས། །

དུ་རྒྱའི་བུ་ཡི་འབྱོར་བ་དག།

གང་དུ་བཏང་ཞིང་སྟོ་རྣམས་ཀྱི། །

ཕུན་ཚོགས་གང་ན་གནས་པ་སྤངས། །

འདི་ནི་ཁྱབ་འཇུག་གིས་སྟོ་མ་ཡིན་ཡང་ཡང་བཅོམ་

པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་པ་དང་སྦྱར་བ་སྟེ། སྟོབས་ལྡན་

འཆིང་བར་གོ་བགོས་པའི་རྣམ་གཞོན་ལ་གནས་པས།

དེ་ལྟར་ཞེས་པ་སྤྱིན་མའི་བྱ་ནི་སྟོ་མ་ཡིན་རྒྱུ་མས་ཏེ། དེ་  
 རྒྱུ་མས་ཀྱི་འབྱོར་པ་ནི་གང་དུ་མིང་གི་གྲགས་པར་  
 བཏང་ཞིང་། སྟོ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་སྤྱན་སྤྱུལ་ཆོགས་པ་གང་ན་  
 གནས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྤངས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་འབྱུག་  
 གི་རྒྱུ་མ་བཟོན་པ་ངག་གི་ཐོག་མ་ན་ཡོད་པས་སྟོ་ག་མའི་  
 ངག་ཀྱན་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །

༢ རིགས་དང་བྱ་བ་བཟོན་པས་བར་དང་མཐའི་གསལ་  
 བྱེད།

གཉིས་པ་བར་དང་མཐའི་གསལ་བྱེད་ལ་གསུམ་སྟེ།  
 བཤད་པར་དམ་བཅའ། རིགས་དང་བྱ་བ་བཟོན་པས་  
 བར་གྱི་གསལ་བྱེད། རིགས་དང་བྱ་བ་བཟོན་པས་  
 མཐའི་གསལ་བྱེད་སྟོན་པའོ། །དེ་ལས་དང་པོ་བཤད་  
 པར་དམ་བཅའ་བ་ནི། ཞེས་པ་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་  
 བསྟན། །དེ་བཞིན་བར་དང་མཐའ་ཡི་ཡང་། །ཆོག་དག་

བདག་གིས་བསྟན་པར་བྱ། དེ་དག་འགའ་ཞིག་འདི་ལྟ་  
 རྟེ། ཞེས་པ་གོང་དུ་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཆོག་སྦྱར་དེ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་བསྟན་ཟེན་ནས། དེ་  
 བཞིན་དུ་བར་དང་མཐའི་གསལ་བྱེད་ཀྱང་རྒྱས་པར་  
 བཤད་ན། རིགས་བྱ་བ་ཡོན་ཏན་རྣམས་བཞི་བཞིའི་སྒོ་  
 རྣམ་དངོས་དང་ཤུགས་ཀྱིས་འཆད་པར་དམ་བཅས་  
 རྣམ། དངོས་སུ་དེ་དག་འགའ་ཞིག་སྟེ་བར་དང་མཐའི་  
 རིགས་དང་བྱ་བ་དག་དུ་བསྐྱས་ནས་འཆད་པ་འདི་ལྟ་  
 རྟེ་ཞེས་མཆོམས་སྦྱར་ནས། གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་  
 ལས་རིགས་བརྗོད་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ནི།

གར་བྱེད་ནི་ཙུ་ལ་ཡང་དུ། །

སྤྱ་ཡང་ལེན་ནོ་མདོངས་མཐའ་ཅན། །

དགའ་བ་རྒྱས་པའི་མིག་དག་ཀྱང་། །

ཁྱུ་འཛིན་ལ་ནི་གཏོང་པར་བྱེད། །

གར་བྱེད་དོ་ཤིང་ནི་ཅུ་ལ་སྟེ་རྒྱ་ལྷང་གི་ཡལ་གའི་ཕང་  
 ཏུ་འཛིན་ནས་སྤྲུ་ཡང་ལེན་ནོ། །བྱེད་པ་པོ་གང་ཞེ་ན་  
 མདོངས་མཐའ་ཅན་མ་བྱ་སྟེ་ཆར་སྤྲོན་གྱི་དགའ་སྟོན་  
 ལས་སྤྲོས་པའི་དགའ་བ་རྒྱས་པའི་མེག་དག་ཀྱང་ཁྱུ་  
 འཛིན་ཏེ་སྤྲོན་ལ་གཏོང་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་  
 མདོངས་མཐའ་ཅན་མ་བྱའི་རིགས་བརྗོད་པ་བར་ན་  
 ཡོད་པས་གོང་འོག་གི་དག་གཞན་ཀྱན་གསལ་བར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་རིགས་བརྗོད་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །འདི་ལ་  
 འགྱུར་སྤྲུ་མར་ཀ་ལཱ་པི་ནུ་མཇུག་སྟོན་ཅན་ཏུ་བསྒྱུར་བ་  
 འདབ་ཆགས་སྤྲུ་མིང་ཏུ་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་ཤིང་།  
 ཡང་དང་ཀྱང་གི་སྤྲོ་ནི་བྱེད་པ་པོ་གཅིག་གི་བྱ་བ་མང་  
 པོ་སྤྲུ་པའི་སྤྲོ་སྟེ། སྤྲོ་ཏིས། ཀྱང་དང་ཡང་ནི་སྤྲུ་པའི་  
 ཆོག། ཅེས་སོགས་དོན་བརྒྱད་ལ་འཇུག་པར་གསུངས་



ཤིང་། ལུམ་ཅུ་པར། ལྷ་ལི་ཕྱིས་ནས་གཉིས་པ་སྒྱུར། ཁོ་ག་  
རྒྱན་གཉིས་དང་སྒྱུད་པར་འགྱུར། ཁྱིམ་གསུངས་པ་  
ལྷར་རོ།

བྱ་བ་བརྗོད་པ་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ནི།

དྲི་བཞོན་དལ་བྱ་འགྱུར་བྱེད་དེ།

ཟླ་བ་དག་ཀྱང་མེ་རུ་འགྱུར།

ཅ་རྒྱན་བྱུག་པ་སྒྱུང་བ་ཡང་།

མཚོན་སྒྱུང་འབྱམས་པ་རྣམས་ལའོ།

དྲི་བཞོན་དལ་བྱར་རྒྱ་བའི་རེག་བྱ་འཇམ་པོ་ཡང་  
འགྱུར་བྱེད་དེ་ཆ་ཞིང་རྩལ་པའི་རེག་བྱར་འགྱུར། ཟླ་  
བའི་འོད་ཟེར་བསེལ་བའི་རང་བཞིན་ཀྱང་མེ་རུ་འགྱུར།  
ཅ་རྒྱན་གྱི་བྱུག་པའང་གདུང་བ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་མཚོན་ཆ་རུ་འགྱུར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་སུ་ཞིག་གི་ཡུལ་

ལ་འབྱུར་ན་འགྲོན་པོ་བྱད་མེད་དང་བྲལ་ནས་ཡུན་  
 རིང་པོར་ལོན་པ། རང་གི་ཡུལ་ནས་ཡུལ་གཞན་ཐག་  
 རིང་པོར་འབྱམས་པ་བྲལ་བས་ཉེན་པ་རྣམས་  
 ལའོ། །དཔེར་བརྗོད་པ་འདིའི་གསལ་བྱེད་དངོས་ནི་  
 འབྱུར་ཞེས་པ་བྱ་བ་བརྗོད་པའི་ཚིག་བར་ན་ཡོད་པས་  
 གོང་འོག་གི་ངག་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་  
 འབྱམས་པ་རྣམས་ལའོ་ཞེས་པའང་རིགས་མཐའི་  
 གསལ་བྱེད་དུ་འབྱུར་མོད་ཞར་བྱང་ཤུགས་ལས་ཐོན་པ་  
 ཡིན་གྱི་སྐབས་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །སྐབས་འདིར་འབྱུར་  
 བྱེད་གྱི་བྱ་སྐད་ལ་ཀླ་ར་ཞེས་འབྱུང་བ་འཕགས་ཡུལ་  
 ཕལ་སྐད་དུ་མྱའི་མིང་དང་། ལེགས་སྐྱར་བོད་སྐད་དུ་  
 བསྐྱར་བ་ནའང་། །རྟོག་ལོ་རྩ་བས་ལན་མ་དང་། ཡེ་ཤེས་  
 གླེས་བུལ་ཏྲིག་དུ་བསྐྱར། ས་པརྩེ་ཏས། དལ་བའི་དྲི་ལེན་  
 བ་མྱ་སྟེ། །ཁྱེ་བའང་མེ་ཉིད་དུ་ནི་འབྱུར། །ཅ་རྩན་བརྟར་  
 བའི་སྤྲོད་པོ་ཡང་། །མཚོན་གྱིས་བཏག་འབྱུར་འབྱམས་

རྣམས་ལ། ཁེས་བ་ཚྭ་དང་། དཔང་ལོས་རྒྱ་ཚྭ་ལ་བསྐྱར་  
 བ་སོགས་རྣམ་པ་མང་ཞིང་། སྦྱར་ཡང་སྦྱ་གཅིག་དོན་  
 མང་ཡིན་པས་ཚྭ་ལ་དཀར་པོ་སོགས་གཞན་ཡང་དུ་མ་  
 ལ་འབྲུག་མོད། འདྲི་ཞེ་སྦྱར་ཚྭ་ལ་འབྲུག་ཅིང་། དེའི་  
 རང་ནས་རྒྱ་ཚྭའི་བྱོ་བ་ལྟ་བུའི་རོའི་བྱང་པར་ལ་འབྲུག་  
 པས། རྒྱང་འཇམ་པོའི་རེག་བྱ་ཡང་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་  
 འདོད་ལྷན་གྱི་རྒྱད་ལ་ཆགས་པའི་གདུང་བ་སྦྱེད་བྱེད་  
 གྱི་རྒྱེན་དུ་འགྱུར་བའི་བྱར་ན། རོ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་རྩལ་  
 པོར་འགྱུར། ཁེས་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་སྐབས་དོན་  
 དངོས་དེ་ལྟར་ཡིན་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། དེ་ལྟར་གོ་ན་  
 རྒྱ་འགྲེལ་མང་པོར་འགྱུར་བྱེད་བཅས་པ་ཁ་ཅིག་གིས།  
 གདུང་བར་འགྱུར་བར་བྱེད་ཅེས་པའི་དོན་དུ་འཆད་པ་  
 དང་། ལ་ལ་དག་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་ས་གཞིའི་ངོས་ལ་  
 འགྱུར་བར་བྱེད་ཅེས་བཀའ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་  
 ངི་བཞོན་དལ་བུས་འགྱུ་བྱེད་དེ་ལྷང་བ་ནི་བྱེད་པའི་ཚ་

བས་སྒྲིམ་པ་ཟད་པ་མེད་པར་འཕེལ་བར་འགྱུར་བར་  
 བྱེད་དེ་ཞེས་པ་དང་། གཞན་དག་རྒྱ་ཚུ་ལན་ཚུ་བྱལ་  
 ཏྲིག་ལ་སོགས་པའི་ཁུ་བ་བྱུགས་པ་ལྟ་བུ། ཞེས་འཆད་པ་  
 དང་། འགྱུར་བྱེད་ནི་གཡོ་བྱེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་ཟེར་བ་  
 སོགས་ཁུངས་མེད་ཀྱི་སྤྲོ་བ་ཅལ་ཅལ་དུ་མ་འབྱུང་བའི་  
 གཞི་གང་ཡིན་པའི་འབྲུལ་པ་མཐའ་དག་རང་སངས་སུ་  
 འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་སྐབས་འདིར་རྗེ་བོད་མཁས་  
 པས། ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་  
 དཔྱད་པའི་དྲི་བ་དང་རང་ལན་རྒྱས་པར་འབྱུང་མོད།  
 རྒྱན་འདི་གཉིས་བཟོད་བྱ་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་འདོད་  
 ལྡན་ཁོ་ནའི་ཡུལ་ལ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དངོས་པོ་ཟླ་བ་  
 སོགས་དེ་རྣམས་མེ་ལ་སོགས་པར་འགྱུར་ཞེས་བཟོད་  
 པས། ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་ལ་བསྟོས་ནས་དེ་རྣམས་དེ་དེར་  
 འགྱུར་བར་བཟོད་པ་ཅམ་ལ་བྱུང་པར་མེད་ཀྱང་།  
 འདིར་ནི་བྲལ་བས་ཉེན་ཅིང་འབྲུམས་པ་རྣམས་ལ་དེ་

ལྷར་འབྱུང་། །ཞེས་སྤྲོ་བ་པོ་གཞན་གྱིས་དེའི་ཚུལ་བརྗོད་  
 པ་ཅམ་ཡིན་གྱི་བསྟོན་དོར་བ་མེད་ལ། དུལ་ལ་བསྟོན་  
 དོར་སྐབས་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་འདོད་ལྡན་རང་ཉིད་  
 གྱིས་རང་གི་དུལ་ལ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་བསེལ་བ་སོགས་  
 མེ་ལ་སོགས་པར་དངོས་སུ་བསྟོན་དོར་བའི་བརྗོད་ཚུལ་  
 གྱི་བྱད་པར་ཆེས་ཆེ་བས། མདོར་ན་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་  
 ཏུ་འབྱུང་བ་དང་མེ་འབྱུང་བའི་དབྱེ་བས་རྒྱན་གཉིས་  
 ཐ་དད་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་དབྱད་དགོས་པ་ཅམ་ཡང་  
 མེན་ནོ། །

གསུམ་པ་རིགས་དང་བྱ་བ་བརྗོད་པ་མཐའི་གསལ་བྱེད་  
 ལས། དང་པོ་རིགས་བརྗོད་མཐའི་གསལ་བྱེད་ནི།

ཆུ་འཛིན་གྱིས་ནི་རབ་གཏོར་ཆུ། །

བྱིས་གྱི་གཙུག་ཕུད་ལྡན་པའི་ཆོགས། །

སྒྲོག་གི་ཐག་པ་གཡོ་བ་ཡང་། །

མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་དཔུང་། །

དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ཆར་སྒྲིན་སྒྲོན་པོས་རབ་དུ་གཏོར་  
བའི་ཆར་གྱི་ཚུ་དང་། བྱིས་དུ་ཡོད་པའི་གཙུག་ཕུད་  
ལྡན་པ་སྟེ་མ་བུའི་བྱ་ཚྲགས་གར་བྱེད་པ་དང་། །སྒྲོག་གི་  
ཐག་པ་བྱག་བྱག་དུ་གཡོ་བ་ཡང་འདོད་ལྡན་གྱི་སྐྱེ་བོ་  
རྣམས་ལ་ཆགས་པའི་དྲན་པ་བསྐྱེད་ནས་འདོད་པས་  
འཛོམས་པའི་བྱར་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་  
འདོད་སྟེ་དམག་དཔུང་ཡིན་ཅོ་ཞེས་པ་ལ། མེ་ཏོག་  
གཞུ་ཅན་དག་གི་དཔུང་། །ཞེས་པའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱོད་མཐའ་  
ན་ཡོད་པས་ངག་ཀུན་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །འདིར་  
འགྲེལ་པ་ལ་ལར། གཙུག་ཕུད་ལྡན་པ་བྱིས་བྱ་ལ་ངོས་  
བཟུང་ནས་སྐྱབ་བྱེད་མང་པོ་བཀོད་ཅིང་། འགྲེལ་པ་  
འདོད་འཛོར། གཟའ་མཇུག་རིང་དང་། སྤང་དང་། བྱིས་

བྱ་དང་། སྒྲོན་ཤིང་ལའང་ཤི་ཤི་འོ། །གཙུག་ཕུད་ཅན་ལ་  
 ཏྲགས་གསུམ་མོ་ཞེས་པ་བྱངས་སུ་བྱངས་ཡང་མི་འཐད་  
 དེ། ཤི་ཁརྩེན། ཞེས་པ་མ་བྱའི་མིང་ཡིན་ཏེ་རྩེ་བྱེའི་བྱ་  
 འགྲེལ་དུ་གསལ་ཁ་མ་བྱང་ཀྱང་། སྒྲོབ་དཔོན་ངག་གི་  
 དབང་ཕྱུག་གིས་མ་བྱ་ཡིན་པར་དངོས་སུ་བཀྲལ་བ་  
 དང་། དོན་དུའང་བྱིམ་གྱི་མ་བྱ་པོ་མོ་ངག་གཟུགས་  
 མཛེས་ཤིང་ཆགས་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པས་ཆགས་པ་  
 སྐྱེད་པར་མི་འོས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཆར་པ་དང་མ་བྱའི་  
 ཆོགས་དང་སྒྲོག་འབྱུག་པ་རྣམས་ཀྱང་ཆགས་པ་སྐྱེད་  
 པར་མཚུངས་པས་འདོད་སྤྱི་དམག་དཔུང་ཡིན་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་ཡིན་འདུག་པས་དེ་གསུམ་ལ་གཙུ་ཆེ་ཆུང་  
 མེད་ཅིང་། ཤི་ཤི་ཤི་སྒྲོ་བྱིམ་བྱ་ལ་འཇུག་ཀྱང་། ཤི་  
 ཁརྩེན་ཤི་སྒྲོ་དེར་མི་འཇུག་པས་སྐབས་འདིར་མ་བྱ་ཉིད་  
 དུ་འཐད། ཅས་རྗེ་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མས་ཀྱང་བཞེད་ཅིང་།  
 འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར་ཡང་། ཤི་ཁྲ་བ་ལུག་ཙུག་ཕུད་

ཅན་ཏེ་ཞེས་དང་། ཤི་ཁྲི་གཙུག་ལུང་ཅན་ཏེ་ཤི་ཁ་ལ་  
སོགས་པ་རྣམས་ལས་ཡང་ནའོ་ཞེས་པས་ཨི་ནའོ། །ཞེས་  
དང་། མ་བུའི་མགོའི་གཙུག་ལུང་ནི་ཤི་ཁྲོའོ། །ཞེས་  
གཙུག་ལུང་ལྷན་པ་མ་བུ་ལ་འབྲུག་པར་དངོས་སུ་  
བསྟན་པས། འདིར་བྱིས་བྱི་གཙུག་ལུང་ལྷན་པ་ཞེས་པ་  
བྱིས་དུ་བདག་གིར་བབྲང་བའི་མ་བུ་ཡིན་པ་ལ་འབྲུལ་  
པའི་གནས་མེད་པའི་བྱིར་རོ།

བུ་བ་བརྗོད་པ་མཐའི་གསལ་བྱེད་ནི།

བྱོད་བྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་རྣ་བ་ལ། །

འདོད་པས་མདའ་ནི་མདའ་སྟན་ལ། །

ངས་ཀྱང་སེམས་ནི་འཆི་བ་ལ། །

གསུམ་པོ་འདི་ནི་མཉམ་དུ་བྱས། །



མཛེས་མ་འགའ་ཞིག་གིས་ཟུངས་ན་རྒྱན་དུ་བྱས་པའི་  
 ཆོ་མཛེས་བོས་ངོ་བསྟོད་ཀྱི་ཚུལ་དུ། ཁྱོད་ཀྱི་ཟུངས་ན་  
 བ་ལ་རྒྱན་དུ་དང་། དུས་དེར་འདོད་པའི་སྒྲིམ་མེ་ཏྲིག་  
 གི་མདའ་ནི་མདའ་སྟན་ཏེ་གཞུ་ལ་འགོད་པ་དང་།  
 ངས་སམ་བདག་ཀྱང་སེམས་ཆགས་པས་བརྒྱལ་ཏེ་འཆི་  
 བར་ཕྱོགས་པ་སྟེ་བྱ་བ་གསུམ་པོ་འདི་ནི་དུས་མཉམ་དུ་  
 བྱས་སོ་ཞེས་བརྗོད་པའོ། །ཀྱང་གི་སྒྲིམ་ནི་སྒྲིམ་དག་ཁོ་  
 རར་མ་བཟང་པའོ། །དེས་ན་དེ་ཐམས་ཅད་མཉམ་དུ་བྱས་  
 ཞེས་བྱ་བ་བརྗོད་པའི་ཆོག་མཐའ་ན་ཡོད་པས་གསལ་  
 བར་བྱེད་པའོ།

༣ འཕྲེང་བའི་གསལ་བྱེད།

གསུམ་པ་འཕྲེང་བའི་གསལ་བྱེད་ནི།

དཀར་ཕྱོགས་ཀྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན། །

འཕེལ་བྱེད་དེ་ཡིས་མདའ་ལྔ་པ། །

དེས་ཀྱང་ཆགས་མདངས་ཆགས་མདངས་ཀྱིས། །

ན་ཆུང་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དཔལ། །

ཞེས་སོགས་གསལ་བྱེད་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །ལྔ་མ་ལྔ་མ་ལ་  
སྟོན་པའི། །ངག་གི་བྲེང་བ་རབ་ལྡན་བྱིར། །དེ་ནི་བྲེང་  
བའི་གསལ་བྱེད་དོ། །དཀར་ཕྱོགས་ནི་ཡར་ངོ་སྟེ་ཆོས་  
དཀར་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་ནི་འོད་དཀར་ཅན་སྟེ་བའི་  
དགྱེལ་འཁོར་ཆ་ཤས་འཕེལ་ཞིང་གང་བར་བྱེད་ལ། ཟླ་  
བ་དེས་མདའ་ལྔ་པ་སྟེ་འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་འདོད་  
ཆགས་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །མདའ་ལྔ་ནི་སྟོབ་དཔོན་  
དཔལ་འཛིན་གྱི་གཤེན་རྩེ་གཤེད་ནག་པོའི་རྒྱུད་གྱི་  
འགྲེལ་པར། ཕྱོས་བྱེད་དང་། མྱོངས་བྱེད་དང་། འདར་  
བྱེད་དང་། ལྷུང་བྱེད་དང་། བརྒྱལ་བྱེད་དེ་ལྔ་ལ་བཤད།  
ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤའི་འགྲེལ་པ་ཀུ་མ་རྟེ་བྱུར། དགའ་བྱེད་

དང་། མེད་བྱེད་དང་། མྱོངས་བྱེད་དང་། སྒྲིམ་བྱེད་དང་།  
 འཆི་བྱེད་དེ་ལྷ་ར་བཤད། མངོན་བཟློང་སྒྲིམ་གསལ་  
 བར། འདོད་པའི་མདའ་ནི་ལྷ་ཡིན་ཏེ། ཀྱུ་ཏུ་མྱོངས་  
 བྱེད་བརྒྱལ་བར་བྱེད། སྒྲིམ་བྱེད་མྱོང་བྱེད་མེད་བྱེད་  
 རོ། ཁྱིམ་པ་རྣམས་སོ། འདོད་ཆགས་དེས་ཀྱང་ལང་ཆོ་  
 ཅན་རྣམས་ལ་ཆགས་པའི་མདངས་ཀྱི་དམར་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཆགས་པའི་རྣམ་འགྱུར་རྣམས་འཕེལ་བར་  
 བྱེད་ཅིང་། དེས་ཀྱང་ན་རྒྱུང་མ་རྣམས་ཀྱི་དགའ་བའི་  
 དགའ་སྟོན་འབྲིག་པའི་དཔལ་ཏེ་ཆགས་སྒྲིམ་དངོས་  
 འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། ཁྱིམ་པ་འདི་ལྷ་བྱ་ནི་རྒྱུ་པ་  
 གཉིས་པའི་མགོར་ཡོད་པའི་འཕེལ་བྱེད་ཅེས་པ་བྱ་བ་  
 བཟློང་པའི་ཆོག་གིས་ངག་ཐམས་ཅད་གསལ་བར་བྱེད་  
 པའི་བྱུར་དང་པོའི་གསལ་བྱེད་ཡིན་ནའང་། བྱེ་མ་བྱེ་མ་  
 འཕེལ་བ་སྒྲིམ་སྒྲིམ་མའི་རྒྱ་ལ་སྒྲིམ་པའི་འབྲེལ་བྱེད་བ་  
 བཞིན་ཏུ་རིམ་པ་བསྟར་ཆགས་སུ་གནས་ཤིང་། དེ་

ཐམས་ཅད་ཀྱང་འཕེལ་བྱེད་ཅེས་པའི་ཚིག་ཁོ་ནས་  
 གསལ་བར་བྱེད་པས་ན་ཕྱིར་བཞུགས་གསལ་བྱེད་དོ།  
 འདིར་མདའ་ལྷ་པ་ཞེས་པ་འདོད་ལྷ་ཡིན་ཡང་རྒྱ་  
 འགྲེལ་རྣམས་སུ་དེའི་དོན་བཤད་པའི་ཚེ། ཀླ་མ་ཞེས་  
 འབྱུང་བས་དེ་ནི་འདོད་ལྷ་དང་འདོད་ཆགས་གཉིས་ཀ་  
 ལ་འཇུག་པས། འདིར་ལྷ་བས་འཕེལ་རྒྱ་ནི་ཆགས་པ་སྤྱི་  
 ཅམ་དེ་ཡིན་པར་རུང་གིག་ཞན་འབྱུང་གི་བདག་པོ་  
 དངོས་ནི་ལྷ་བས་འཕེལ་བའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་དང་།  
 ངག་དང་ལག་གི་ལྷ་གཉིས་ཀ་ལ་ས་ར་སྤྱིའི་སྤྱི་འཇུག་  
 པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་སྤྱི་བ་དཔོན་དཔྱེས་འདོད་པ་  
 ཅམ་ལ་འདོད་ལྷའི་མེད་གིས་བསྟན་པར་མཛད་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་ག་ཞེས་པའང་མདོན་བཟོད་  
 རྣམས་སུ་ཨ་རུ་རྒྱ་ག་དང་ཨ་རྟེ་ལྷ་ལྷ་རྟེ་རྟེ་རྟེ་སུ་ཆགས་  
 པ་དང་མདོན་པར་སྤྱི་བ་པ་ལ་འཇུག་པར་བཤད་པས།

སྒྲི་དེ་དག་ནི་ཆགས་པ་ཆེར་འཕེལ་བའི་རྣམ་པ་མངོན་  
དུ་གསལ་བའི་དོན་ཡིན་པའི་བྱིར། འགྲེལ་པ་བྱར་གིང་  
དུ་གཞུང་ཆོག་འགྱུར་བཅོས་པ་ཉིད་ཀྱི་འགྲེལ་གཉིས་  
དང་རྩེ་པ་ཆ་ཆེན་སྒྲ་མའི་བཞེད་པ་སྒྲ་མེད་ཡིན་པ་  
ལྟར་འདིར་ཡང་བཀོད་པའོ།

༥ འགལ་དོན་བྱེད།

བཞི་པ་འགལ་དོན་གསལ་བྱེད་ནི།

རྒྱང་གིས་གཙུགས་པའི་ཁུ་ཐེགས་ཅན། །

སྒྲིན་གྱིས་ལྷས་མེད་དག་གི་ནི། །

ཨ་བ་ལེ་བ་འཕེལ་བར་བྱེད། །

རྩལ་གྱི་དག་ནི་སེལ་བར་བྱེད། །

འདིར་ནི་སྒྲིན་གྱི་ཆོག་དག་དང་། །

ཨ་བ་ལེ་བའི་ཚེག་དག་གིས། །

བྱ་བ་འགལ་བ་ལྷན་པ་དེ། །

འགལ་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

རྒྱང་དལ་བྱ་དག་གིས་གཙུབས་པའི་ཆུ་ཐིགས་ཅན་ཆར་  
སློན་གྱི་ཚེགས་འདིས་ལྷན་མེད་འདོད་པའི་ཨ་བ་ལེ་བ་  
སྟེ། གོས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད་ལ་ལྷན་རྒྱལ་གྱི་ཨ་བ་ལེ་བ་  
སེལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་ངག་འདིར་ནི་བྱེད་པ་པོར་  
གྱུར་པ་སློན་གྱི་ཚེག་དང་། ལས་སུ་གྱུར་པ་ཨ་བ་ལེ་བའི་  
ཚེག་གིས་འཕེལ་བ་དང་སེལ་བའི་བྱ་བ་འགལ་བ་དག་  
སྐྱར་བ་དེ་ནི་འགལ་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་ཅེས་བྱ་སྟེ། འདི་  
ལ་གསལ་བར་བྱེད་མཁན་ནི་སློན་དང་ཨ་བ་ལེ་བ་དག་  
གོ། ཨ་བ་ལེ་བ་ཞེས་སྤར་ཞེན་པའམ་དྲེགས་པ་ལ་བསྐྱར་  
ཡང་། དོན་ནི་བག་ཆགས་དང་དྲི་མ་ལ་སོགས་པས་

བསྐྱོས་པ་འཕ་གོས་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པ་གསུང་བའི་

དོན་དུ་འཆད་པ་མི་འཐད་དོ།

༥ དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད།

ལྷ་པ་དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད་ནི།

ཁྱ་འཇོན་དག་གི་སྤང་བ་འདིས། །

སྤྱོད་ས་རྣམས་ཀྱི་ནི་གོ་སྐབས་སྤྱོད།

སྐར་མ་ཡི་ནི་ཚོགས་རྣམས་འཇོན། །

དེང་ཡང་བདག་གི་སྤྱོད་རྣམས་ལེན། །

གང་སྤྱོད་ཁྱ་འཇོན་སྤང་བ་ཡི། །

བྱ་བ་གཅིག་ཉིད་གསལ་བྱེད་འདིར། །

དུ་མའི་སྤྱོད་ཡིས་ཉིད་སྤངས་པ། །

དེ་སྤྱོད་དོན་གཅིག་གསལ་བྱེད་དོ། །

རྩ་འཛིན་ཏེ་ཆར་སྤྲོན་སྤྲོན་པོའི་སྤྲོང་བ་དག་གིས་ཤར་  
 ལ་སོགས་པ་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱི་གོ་སྐབས་ཡངས་པ་ཉིད་  
 རི་འཕྲོགས་ཤིང་བཀག་ནམ་མཁའི་སྐར་མ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཆོགས་ཀྱང་བབུང་བ་སྟེ་མི་སྤྲོད་བར་བྱས། བྲལ་བས་  
 ཉེན་པ་བདག་གི་རྒྱད་ལ་ཆགས་པ་དྲག་པོ་བསྐྱེད་དེ།  
 དེའི་གདུང་བས་སྟོག་རྣམས་ཀྱང་ལེན་པར་བྱེད་  
 དོ། །ཞེས་པའི་དག་འདིར་རྩ་འཛིན་གྱི་སྤྲོང་བ་བྱེད་པ་  
 པོར་གྱུར་པའི་བྱ་བ་འཕྲོག་གོ། བབུང་ངོ་ལེན་ཏོ་ཞེས་  
 ཏིང་མཐའི་བྱ་ཆོག་མང་པོས་རྣམ་པ་མང་པོ་ལྟར་  
 བསྟན་ཀྱང་། དོན་གཅིག་སྤྲོན་ཆེས་ཆེར་འབྲིགས་ཤིང་  
 གཏིབ་པའི་བྱ་བ་ཁོ་ན་གསལ་བར་བྱེད་པས་ན་དོན་  
 གཅིག་གསལ་བྱེད་དོ། །འདིར་བྱ་ཆོག་མང་པོས་དོན་  
 གཅིག་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་རྒྱ་རང་དེ་ངོས་འཛིན་ལ་  
 མི་མཐུན་པར་བོད་འགྲེལ་རྣམས་སུ་འདོད་པ་འཕེལ་བ་  
 ཡིན་ཟེར་བ་ཆོན་གཅིག་དང་། ཟུན་པ་གནག་པ་ཡིན་



ཟེར་བའི་སྒྲེ་ཚན་གཅིག་དང་། ཡང་། རྟལ་ས་དང་སྐར་  
ས་དང་སྟོག་གསུམ་ཀའི་གོ་སྐབས་འཕྲོག་པ་ཡིན་ཟེར་  
བ་སོགས་རྣམ་པ་མང་ཡང་། འདྲིར་གཞུང་གི་དཔེར་  
བརྗོད་དང་། དེའི་དོན་བཤད་པ་གཉིས་ཀ་ཁ་གསལ་  
ཞིང་རྒྱ་འགོལ་གཉིས་ཀྱང་མཐུན་པའི་དགོངས་དོན་  
བཤད་མ་ཐག་པ་ཁོ་ནའོ།

༥ རྟལ་བའི་གསལ་བྱེད།

རྟལ་པ་རྟལ་བའི་གསལ་བྱེད་ནི།

དྲི་ཡི་བཞོན་པ་ཡིད་འོང་མཐོ།

སྒྲོ་བསངས་ཏ་མ་ལ་ཡི་འོད།

སྟེན་ནི་མཁའ་ལ་རྒྱ་བྱེད་དེ།

སྤང་ཆེན་འདི་དག་ས་ལའོ།

འདིར་ནི་ཚེས་དག་ཐ་དད་མིན། །

སློན་དང་སྤང་པོ་རྣམས་དག་ཀྱང་། །

རྒྱ་བ་ཉིད་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། །

སྐྱར་བའི་དོན་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

འདི་ནི་བྱུང་གཞི་སློན་དང་སྤང་པོ་གཉིས་ཀྱི་ཚེས་ཐུན་  
མོང་བ་རྣམས་ཐ་དད་མིན་པར་སྐྱར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་གཞུང་  
བ་ཏུ་ངྲིའི་བཞོན་པ་སྟེ། སློན་ནི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རྒྱང་  
དང་ལུན་ཞིང་དབྱེར་མེད་དུ་རྒྱ་བས་དང་། སྤང་པོ་ནི་  
གཙུག་གི་ཚྱུས་བུམ་ལས་བབས་པའི་འགྲམ་ཆང་ལས་  
ཡིད་དུ་འོང་བའི་ངྲི་ཞིམ་སྤང་བའི་ཕྱིར་ངྲི་བཞོན་ཏེ་  
གཉིས་ཀའང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་རང་བཞིན་དང་། སློན་  
རྣམ་མཁའ་ལ་གནས་ཤིང་སྤང་པོའི་གཟུགས་དཔངས་  
མཐོ་བས་མཐོ་བ་དང་། ཤིང་ཏུ་མ་ལའི་ཁ་དོག་ལྟ་བུ་སྟོ

བསངས་ཀྱི་མདངས་འཛིན་པ་ཡང་སྤང་པོ་དང་ཆར་  
 སྤོན་གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱིས་བྱུང་གཞི་པན་  
 ཚུན་གྱི་ཆོས་མཚུངས་པ་ལས་སྤོན་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བ་  
 དང་། སྤང་ཆེན་ས་གཞི་ལ་རྒྱ་བ་ནི་བྱུང་པར་རོ། ཤིང་  
 ཏ་མ་ལ་ནི་ཁྲི་ཀ་ཀ་མ་རྟེན་ཅུར། རྒྱ་མཚོའི་ཉེ་སྤོར་དུ་སྤྱོད་  
 བའི་སྤོན་ཤིང་ལོ་མ་སྤོར་སངས་ཅན་ཏ་མ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་  
 ལའོ། ཞེས་འབྱུང་བ་དེའོ། ཤིང་ན་དཔེར་བཅོམ་པ་  
 འདིར་ནི་བྱུང་གཞི་སྤོན་དག་སྤང་པོ་དག་གི་བྱུང་ཆོས་  
 དྲིའི་བཞུགས་པ་སོགས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ཅིང་རྒྱ་བའི་  
 བྱུང་ལས་ཀྱང་མཚུངས་ཤིང་འབྲེལ་བས་སྤྱར་དོན་གྱི་  
 གསལ་བྱུང་ཅས་བྱ། འདིའི་གསལ་བྱུང་དངོས་ནི་རྒྱ་  
 བྱུང་དེ་ཞེས་པ་འདིའོ། འདིར་བྱུང་གཞི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་  
 ཆོས་གཞན་ཐ་མེད་དུ་འབྱུང་བ་གོ་སྤང་ཡང་། གཞུགས་པ་  
 ཏ་རྟེན་དེ་བཞུགས་ཀྱི་སྤོན་ལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་སྤོན་ན།  
 སྤོན་ནི་རྒྱང་དང་དབྱེར་མེད་དུ་འབྲེལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་

རྒྱ་བས་གཞུ་བ་ཏའི་སྒྲ་གཅིག་ཉིད་སྤོན་དང་རྒྱང་  
གཉིས་ཀ་ལ་བྱད་མེད་དུ་འཇུག་པར་བྱས་པས་ལྷན་  
རྒྱུ་མི་གསལ་བ་སྟེ། རང་ལྷོ་སྤོན་སྤོན་གྱི་སྒྲ་བས་སུ་ངེ་  
བཞོན་རྒྱང་ཉིད་ལ་འཇུག་པར་བཤད་དོ།

དེ་དག་ལས་མ་བཤད་པ་གཞན་ལའང་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་  
སྤོབ་ཚུལ།

གསུམ་པ་འདིར་མ་བཤད་པ་གཞན་ལའང་རིགས་  
བསྐྱེས་ཏེ་སྤོབ་ཚུལ་ནི།

ནམ་པ་འདི་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིས།

གསལ་བྱེད་ལ་ནི་ནམ་ཏྟག་པ།

ལྷག་མ་ནམས་ཀྱང་རྗེས་འགོ་ཡིས།

མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཏྟགས་པར་བྱ།

བཤད་མ་ཐག་པའི་རྣམ་པ་འདི་ཉིད་ཁོ་ནས་གསལ་  
བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྟེ། རྣམ་པར་དབྱེ་བ་  
མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་ཀྱང་འདིར་བསྟན་པ་འདིའི་རྗེས་  
སུ་འགོ་བར་སྟན་ངག་མཁན་མཁས་པའི་རིག་པས་  
དཔགས་ཏེ་རྟོགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་མཚན་  
ཕྱིར་རང་ལྟ་བུའི་རྒྱ་འགེལ་དུ་དཔེར་བརྗོད་འདི་ལྟར་  
འབྱུང་སྟེ། ལུས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་མཆུ་སྒྲིས་ལ། །ཆགས་པ་  
མངོན་སུམ་བཞིན་དུ་མཐོང་། །སྟོང་ལ་ཆགས་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་འདིར། །བདག་སྟོག་འཕྲོག་པ་མེན་ནམ་ཅི། །དཔེའི་  
གསལ་བྱེད་དོ། །རི་དྲགས་མིག་ཅན་རྣམས་ཀྱི་མིག།  
ཆགས་པའི་སྟེག་པས་འཕྲོག་པར་བྱེད། །བདག་ལ་དཀྱུས་  
རིང་སྟོག་པ་ཉིད། །འགོལ་བར་སྐྱེ་བོར་སྐྱ་བ་  
བཞིན། །རབ་བརྟགས་ཀྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །ཚྭ་ཞིང་རྩ་  
བའི་རལ་གྱི་ནི། །འཛིན་པ་ཉི་བར་མི་གནས་ཀྱང་། །རི་  
དྲགས་མིག་ཁྱོད་རྣམ་འཕྲུལ་གྱིས། །བདག་སྟོག་འཕྲོག་

པར་བྱེད་མིན་ནམ། །འགོག་པའི་གསལ་བྱེད་དོ། །དེས་  
 ན་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འདི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་པར་དཔེ་དང་  
 རབ་རྟོག་དང་འགོག་པའི་གསལ་བྱེད་གསུམ་དཔེར་  
 བཟོད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་འདི་རྣམས་ཡིན་ཀྱང་། དེ་  
 རས་བརྩམས་ད་ལྟའི་བར་དུ་སྟན་ངག་མཐན་ཆེན་པོར་  
 གྲགས་པའི་འགྲེལ་མཛད་དུ་མ་ཞིག་བྱང་འདུག་ཀྱང་  
 འདི་ཙམ་ཡང་བསྐྱར་བར་མཛད་པ་ནི་མ་བྱང་བར་  
 བཞག་འདུག་པ་རྗེ་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མར་ཁུས་ཏེ་འགྲེལ་པ་  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་དཔེ་ལས་བསྐྱར་ནས་འདིར་བཀོད་པའོ།

དོན་རྒྱན་ལྡེ་པ། བསྐྱར་བའི་རྒྱན།

ལྡེ་པ་སྒྲིམ་པའམ་བསྐྱར་བའི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་  
 ཉིད་དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་དང་། སྒྱུར་བ་གསུམ་དཔེར་  
 བཟོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

གསལ་བྱེད་ཀྱི་ནི་གནས་ཉིད་དུ། །

དོན་བསྐྱར་དང་ནི་ཆོག་བསྐྱར་དང་། །

གཉིས་ཀ་བསྐྱར་བ་ཞེས་པ་ཡི། །

རྒྱན་གསུམ་པོ་དག་འདོད་དེ་དཔེར། །

བརྗོད་མ་ཐག་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཐོག་མ་བར་  
མཐའ་གང་རུང་ཉིད་དུ་དོན་གཅིག་བསྐྱར་ཏེ་བསྐྱར་  
ཡང་ཆོག་ཐ་དད་པ་དང་། ཆོག་བསྐྱར་ཏེ་བསྐྱར་ཡང་  
དོན་ཐ་དད་པ་དང་། ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱར་ཏེ་  
བསྐྱར་ཡང་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་  
གསུམ་པོ་འདི་དག་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་འདོད་དེ་  
དཔེར་ན་ཞེས་པ་འོ། །

༡ དོན་བསྐྱར།

གཉིས་པ་སྟོར་བ་གསུམ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལས། དང་པོ་  
དོན་བསྐྱར་ནི།

ཀ་དཔྱ་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས། །

ཀྱ་ཏ་ཇོ་རྣམ་པར་གསལ། །

ཀུ་ལྷ་ནི་རབ་ཏུ་བྱེ། །

ཀ་ཀྱ་སྟ་ཡང་གྲེས་པར་གྱུར། །

ཤིང་ཀ་དཔྱ་སྟེ་ཚོགས་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་འདབ་མ་རྣམ་  
པར་རྒྱས་ལ། ཀྱ་ཏ་ཇོ་ཞེས་པ་དུག་མོ་ཉུང་གི་ཤིང་།  
ལྷ་རྣམ་ནི་མེ་ཏོག་ཁ་འབུས་པ་སྟེ་དེ་ནི་རབ་ཏུ་གསལ་  
བ་དང་། ཀུ་ལྷ་ཞེས་པ་ཆུ་ཤིང་ནི་རབ་ཏུ་བྱེ་ཞིང་། ཀ་  
ཀྱ་སྟ་ཞེས་པ་ཤིང་ཨུ་རྩ་ཡང་འདབ་མ་ཁ་རབ་ཏུ་  
གྲེས་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་ཐ་དད་པ་བཞི་པ་  
དེ་དག་དོན་རྒྱས་པར་གཅིག་ཀྱང་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་  
བ་རྣམ་པར་རྒྱས། རབ་ཏུ་གསལ། རབ་ཏུ་བྱེ། གྲེས་པར་  
གྱུར་ཅིས་ཐ་དད་པས་བཞེད་པས་དོན་བསྐྱོར་བའི་རྒྱན་



མོ། །འདིར་ཁ་ཅིག་ཤིང་དེ་བཞི་ཀ་དུག་མོ་ཉུང་གི་ཤིང་  
 ཁོ་ན་ཡིན་པར་འདོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་པཎ་ཆེན་སྒྲི་  
 རྩེའི་བཞེད་པ་ཡིན་པར་སྤྲོད་བ་བྱུང་འདུག་ཀྱང་འགྲེལ་  
 པ་བཟླགས་པས་དོན་འགྲུབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཁོང་རང་གིས་  
 མཛད་པར་ངོས་འཛིན་མ་བཤད་པས་སྐྱར་འདེབས་ཁོ་  
 ན་སྟེ་ཞེས་རྗེ་བོད་མཁས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།  
 སྒྲི་རྩེས་བཞེད་མི་བཞེད་གང་ལྟར་ནའང་མི་འཐད་དེ།  
 དེ་ལྟ་ན་ནམ་པར་རྒྱས་ལ་སོགས་པའང་བརྗོད་ཚུལ་ཐ་  
 དད་པ་མ་གཏོགས་དོན་གཅིག་པ་གང་ཞིག་ཤིང་ཡང་བྱེ་  
 བྲག་གི་དབྱེ་བ་ཐ་དད་མེད་པ་ཞིག་ན། གོ་བ་བྱུང་བས་  
 དུག་མོ་ཉུང་གི་ཤིང་ནམ་པར་རྒྱས་སོ་བེར་བ་རྒྱུ་པ་  
 བཞིར་ལན་བཞིར་སྒྲོས་པ་ཞིག་ལས་མ་བྱུང་བ་དེ་ནི།  
 དོན་ཉིད་དང་ནི་སྒྲི་ལ་ཡང་། །བྱུང་པར་མེད་པ་སྒྲིན་  
 བརྗོད་ནས། །གལ་ཏེ་སྤྲོད་ཡང་རབ་བསྒྲགས་པ། །དེ་ནི་  
 དོན་གཅིག་པར་འདོད་དཔེར། །ཞེས་པའི་སྒྲིན་དུ་

འགྱུར་ཞིང་རྒྱ་གར་བའི་བསྟན་བཅོས་ཚད་མ་རྣམས་  
དང་དངོས་སུ་འགལ་བར་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་སོ།

༢ ཆོག་བསྟོར།

གཉིས་པ་ཆོག་བསྟོར་ནི།

སྤྱིན་གྱི་ཕྱང་བ་དག་གིས་ནི།

མ་བྱའི་ཆོགས་རྣམས་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱང་།

ཁྱ་སྤྱིན་གྱི་རྒྱལ་མཆན་ཅན་གྱིས་དེང་།

ན་ཁྱང་རྣམས་ཡིད་འདོད་ལྡན་ཕྱང་།

ཆར་སྤྱིན་གྱི་ཕྱང་བ་མཛོས་པ་དག་གི་ནི། མ་བྱའི་ཆོགས་  
རྣམས་དགའ་བས་མགྱོན་པ་བཏེག་ནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཕྱང་  
ཕྱང་ལ། ཁྱ་སྤྱིན་གྱི་རྒྱལ་མཆན་ཅན་ཏེ་འདོད་པའི་སྤྱོད་  
བདུད་གྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་རབ་དབང་ཕུག་གིས་དེང་གི་

རྟེ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ན་ཆུང་གཞན་ནུ་མ་རྣམས་གྱི་ཡིད་  
 འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པར་བྱེད་ཅེས་པའོ། །འདིར་  
 འགྱུར། ཆོག་བསྐྱེད་པའི་རྣམ་པ་གསལ་བའི་ཕྱིར་གཉིས་  
 ཀ་འདོད་ལྡན་བྱེད་དུ་བསྐྱུར་ཡང་། དོན་དངོས་ནི་རྒྱ་  
 དཔེར། ལྷ་རྒྱལ་ཡ་ཏི་ཞེས་ལན་གཉིས་བསྐྱེད་པ་སྤྱོད་  
 གཟུགས་གཅིག་ཀྱང་དོན་གྱི་འཇུག་ཡུལ་མི་འདྲ་བར་སྤྱོད་  
 མ་ནི་མ་བྱ་རྣམས་དགའ་བས་སྤྱོད་པའི་དོན་ཏེ།  
 ལྷ་ཉ་ཉེ་བསྐྱུར། ཀུལ་མགོན་པ། ཡ་ཏི་བཏེག་པ་ཡིན་  
 པས་མགོན་པ་རབ་དུ་བཏེག་ནས་སྤྱོད་པའི་དོན་  
 ཡིན། ཡུལ་ཞེས་བྲིས་པ་ཡིག་འོར་རྒྱུན་འབྱམས་པ་ཙམ་  
 རྟེ་རྒྱ་མཚན་གཞན་གང་ཡང་མེད་དོ། །ཕྱི་མ་ན་ཆུང་  
 རྣམས་གྱི་ཡིད་འདོད་ཆགས་དང་ལྡན་པར་བྱེད་པ་སྟེ།  
 དོན་ཤིན་དུ་ཐ་དད་པ་སྤྱོད་པའི་བཞུགས་ཆུལ་གཅིག་གིས་  
 སྟོན་པ་སྟེ། དེས་ན་བོད་སྐད་ལ་དཔེར་བཞུགས་ན་ཡང་།  
 རྟེ་བོད་མཁས་པའི་དཔེར་བཞུགས་དུ། བརྒྱག་པར་དགའ་

ལན་གཉིས་ལྷ་པ་པའི་སྤྲ་མ་བསམ་ལས་འདས་པ་དང་།  
ཕྱི་མ་བཟོད་བསྐྱོན་དགའ་བ་ལ་སྦྱར་འདུག་པ་དེ་  
བཞིན་དགོས་ཤིང་ལེགས་བར་བཞེད་དོ།

༣ ཆོག་དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ།  
གསུམ་པ་གཉིས་ཀ་བསྐྱོར་བ་ནི།  
ཀྱན་ལས་རྒྱལ་ནས་དེ་རིང་བྱོད། །  
བཅུན་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད། །  
བྱོད་ཀྱི་དག་སྤེ་མཐོ་རིས་སོང་། །  
སྤྲ་མོ་རྣམས་དང་ཅེ་བར་བྱེད། །

ཕྱོགས་ཀྱི་དག་སྤེ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བ་ཐོབ་ནས་དེ་རིང་  
མེའི་དབང་ཕྱོག་བྱོད། རང་གི་བཅུན་མོའི་ཆོགས་རྣམས་  
དང་ཅེ་དགའ་ལ་རོལ་བར་བྱེད་ལ། བྱོད་ཀྱི་དག་སྤེ་

གཞན་སྡེ་རྣམས་ནི་གཡུལ་ངོར་བྱོད་ཀྱི་རལ་གྱི་འཕམ་  
 རས་མཐོ་རིས་སྤེལ་གནས་སུ་སོང་སྟེ། ད་ལྟ་ལྟ་མོའི་  
 ཆོག་ལ་རྣམས་དང་ལྟན་ཅིག་སྤྱད་དང་རོལ་མོས་ཚེ་བར་  
 བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ཤི་བ་ལ་སྟན་པས་བརྗོད་པའམ། ཡང་ན་  
 བྱེད་པར་འཕགས་བརྗོད་དུ། ཁྱིམ་པ་གཡུལ་ངོར་བསད་  
 ན་ནི། །བདེ་འགྲོར་འགྲོ་ཞེས་རྒྱས་པ་ཟེར། །མགོན་པོ་  
 བྱོད་ཀྱིས་གནས་སྐབས་དེའི། །སེམས་ནི་ངན་འགྲོ་ཡིན་  
 ཅས་གསུངས། །ཞེས་པའི་བྱེད་ཕྱེ་མས་སྟོན་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་དང་བསྟན་ནས་སྤྲོས་པ་སྟེ། བྱེད་འཇུག་གི་གཞུང་  
 ལས་ཀྱང་བྲམ་ཟེ་ཆུ་ལ་འཇིགས་པ་དང་། རྒྱེས་བུ་གཡུལ་  
 ངོར་འཇིགས་པ་དང་། བྱེད་མེད་མེ་ལ་འཇིགས་པ་  
 རྣམས་ལ་ཐར་པ་མེད་ཅས་གྲགས་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་  
 ཀྱང་པ་ཕྱེ་མ་གཉིས་དང་བྱེ་མ་གཉིས་ཏེ་ཆོག་ལ་སྤྱད་  
 བཅད་པ་བྱེད་ཕྱེ་བྱེ་གཉིས་ཀས་རྒྱལ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ་  
 བ་ཁོ་ན་བརྗོད་པ་དོན་བསྐྱོར་དང་། ཚེ་བར་བྱེད་ལན་

གཉིས་ལྔ་བ་པ་ཚོག་བསྐྱར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གཉིས་ཀ་  
བསྐྱར་བ་ཅེས་བོད་འགྲེལ་རྣམས་སུ་བཤད་ཀྱང་། །རྒྱ་  
འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པས་ནི་ཅེ་བར་བྱེད་ཅེས་པ་ཚོག་  
དོན་གཉིས་ཀ་བསྐྱར་བར་བཞེད་དོ།

དོན་རྒྱན་རྒྱག་པ། འགོག་པའི་རྒྱན།

རྒྱག་པ་འགོག་པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་དང་  
དབྱེ་བས་མདོར་བསྟན། དཔེ་སྦྱར་དང་མིང་གིས་རྒྱས་  
པར་བཤད། མ་བཤད་པ་དཔག་པར་བྱས་པའོ། །དེ་ལས་  
དང་པོ་མཚན་ཉིད་དང་དབྱེ་བས་མདོར་བསྟན་པ་ནི།

དགག་པ་བརྗོད་པ་འགོག་པ་སྟེ། །

དུས་གསུམ་ལ་སྟོས་རྣམ་པ་གསུམ། །

ཅི་སྟེ་དེ་ཡང་དགག་བྱ་ཡི། །

དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་ཕྱིར་མཐའ་ཡས། །

དགག་བྱའི་ཡུལ་མཛའ་བོ་འགྲོ་བ་ལ་སོགས་པ་གང་  
 ཡང་རུང་བ་ལ། དེ་འགོག་བྱེད་གྱི་ཚེག་མ་ཡིན་ཅེས་  
 སམ་མེད་ཅེས་པའམ་མ་འགྲོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
 དགག་ཚེག་བརྗོད་པས་དགག་པ་ནི་འགོག་རྒྱན་སྤྱིའི་  
 མཚན་ཉིད་དེ། མཚན་ཉིད་དེ་དང་ལྡན་པའི་མཚན་བྱ་  
 ནི་འགོག་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱན་གྱིས་ཀྱང་སྐབས་འགའ་  
 ཞིག་དུ་སྟན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པས་འདྲིའི་རྒྱན་དུ་  
 བཞག་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་དགག་བྱ་འདས་པ་དང་། ད་  
 ལྟར་བ་དང་། མ་འོངས་པ་གསུམ་ལ་བསྟོས་ནས་རྣམ་པ་  
 གསུམ་དང་། དེ་ལ་ཡང་དབྱེ་ན་དགག་བྱའི་དབྱེ་བ་  
 མཐའ་ཡས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བས་འགོག་པའི་རྒྱན་ཡང་  
 མཐའ་ཡས་པར་སྟོན་པའོ། །

༡ རུང་བ་འགོག་པ།

གཉིས་པ་དཔེ་སྒྱུར་དང་མིང་གི་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་  
ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་བྱུང་བ་འགོག་པ་ནི།

ལྷས་མེད་ཀྱིས་ནི་མེ་ཏྲག་གི།

མདའ་ལྷས་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར། །

ཅས་པ་མི་སྲིད་ཡང་ན་ནི། །

དངོས་པོའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཀྲ། །

ལྷས་མེད་འདྲོད་པའི་དབང་ཕྱུག་གི་མདའ་ཤིན་ཏུ་  
འཇམ་ཞིང་ཉུང་བ་མེ་ཏྲག་གི་མདའ་ལྷས་འགོ་བ་ཀྱན་  
ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏྲ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་འདི་མི་  
སྲིད་ཅིང་མི་བདེན་ནོ། །ཡང་ན་ནི་དེ་འདྲ་སྲིད་དུ་འང་  
རུང་སྟེ་དཔེར་ན་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོ་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེ་  
མཆོག་འགའ་ཞིག་ལ་སྐད་ཅིག་ཅམ་རེག་པས་ཀྱང་ཆེ་  
བསྐྱལ་པར་གནས་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་བཤད་པ་



བཞིན་དུ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་  
ཞིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་ན་འདིར་འདོད་པ་དང་  
མདའ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་འགྱུར་རོ།

སྒྱུར་བ་དེ་བཤད་པ་དང་མིང་དགོད་པ་ནི།

ཞེས་པ་འདིར་ནི་རྒྱ་སྟོབས་ཀྱིས། །

ལྷས་མེད་རྒྱལ་བར་མི་རིགས་སྟོ། །

དེ་ལྟར་གྱུར་བཀའ་གང་གི་ཕྱིར། །

བྱང་བ་འགོག་པ་དེ་འདི་འདྲ། །

བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བརྗོད་པ་འདིར་ནི་གང་གི་  
ཕྱིར་རྒྱ་མེ་ཏོག་གི་མདའ་ལྷ་ལས་མེད་ཅིང་འཇམ་པ་ལ་  
སོགས་པའི་སྟོབས་ལས་ལྷས་མེད་ཀྱིས་སྤིང་བ་གསུམ་པོ་  
དབང་དུ་བྱས་ཤིང་། དེ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བ་འདི་ནི་མི་  
རིགས་སོ་སྟོན་པའི་སྟོ་དང་། དེ་ལྟར་སྒྱུར་ནས་གྲགས་

ཤིང་གྲུབ་ཟེན་པའི་གཏམ་ཡོངས་གྲགས་དེ་ལྟར་གྲུབ་  
 པའི་བྱང་བ་ནི་དགག་བྱ་དང་། འགོག་བྱེད་དངོས་པོའི་  
 རྒྱས་པ་སྣ་ཆོགས་མཐོང་བའི་རྒྱའི་སྟོབས་ཀྱིས་བཀག་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་འདི་འདྲ་བ་དེ་ནི་འདས་པ་འགོག་  
 པའམ་བྱང་བ་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་ས་སྐྱ་དག་དབང་ཆོས་གྲགས་པས་  
 ངི་ཆོག་དབྱངས་ཅན་མགིན་བརྒྱའི་ང་རོར། ལྷན་བྱང་  
 འགོག་རྒྱན་འཆད་ཆེ་རྣམ་བཤད་འགའ། །མདའ་ལྷས་  
 ཀྱན་ལས་རྒྱལ་གྲུབ་མི་བདེན་པར། །འཛིན་པའི་སྟོ་ཉིད་  
 འགོག་ཅེས་ཅ་ཅའི་མཁུན། །ཁྱ་ཤིང་སྟེ་མའི་ཁྱར་གྱིས་  
 འོན་མིན་ནམ། །མདའ་ལྷས་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བར་གྲུབ་མི་  
 སྟེ། །སྟེང་ན་རྣེ་ཞིང་རྒྱབ་པའི་དངོས་པོ་ཡི། །རྒྱས་པ་  
 རྣམ་པར་བཀྲའམ་ཞེས་པ་འདི། །ཁྱན་པའི་ལམ་དུ་  
 དཀྲུགས་ལ་དགོས་པ་ཅི། །ཞེས་པ་དང་། དེའི་རང་ལན་

དུ། གཞན་དུ་སློང་གཞན་བྱ་ཡིན་ན་གཞུང་འདི་དང་སྤྱི་  
 མ་གཉིས་འགལ་ཏེ། སྤྱི་མར་ནི་མདའ་ལྷན་ཀུན་ལས་  
 རྒྱལ་བར་གྱུར་པ་དག་གཞན་བྱས་ནས། དེ་མི་སྤྱི་དེ་ཅས་  
 དག་གཞན་ཆོག་དངོས་སུ་བཟོད་པ་ལ། སྤྱི་མར་ཀུན་ལས་  
 རྒྱལ་བར་གྱུར་པ་མི་སྤྱི་དེ་སྤྱི་མར་གྱུར་  
 བསྟན་པའི་སྤྱི་མར་སོགས་དང་། དཔེར་བཟོད་གྱི་དོན་  
 བཤད་པའི་གཞུང་ཆོག་གྱུང་། ལྷན་མེད་རྒྱལ་བར་མི་  
 རིགས་སྤྱི་སྤྱི། ཁྱིམ་རྒྱུ་དང་པོ་གསུམ་པར་ནན་  
 གྱིས་བཅོས་ནས་བཤད་པ་ལ། རྩི་བོད་མཁས་པ་ཆེན་  
 པོས་དོན་རྒྱུ་ལ་དོགས་པ་གཅོད་པའི་འབེལ་གཏམ་  
 ལེགས་བཤད་རོལ་མཆོར། རྒྱ་དཔེར་རྒྱུ་དང་པོའི་  
 རྩིས་ཡོད་པའི་སྤྱི་བཟོད་དང་། དེ་ལྟར་གྱུར་བཞག་ཅས་  
 གཞུང་རང་དུ་འདས་ཆོག་ཡོད་པས་དག་གཞན་བྱའི་སྤྱི་དེ་  
 ལྟར་བ་མི་འཐད་པ་དང་། མདའ་ལྷན་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བ་  
 དག་གཞན་བྱ་དང་། མི་སྤྱི་དེ་ཅས་པ་དག་གཞན་ཆོག་དུ་བྱས་པ་

དེ་ལྟ་ན་སྒྲུབ། ཡང་ན་ནི། དངོས་པོའི་རྣམ་པ་རྣམ་པར་  
 བཀྲ། །ཞེས་པ་རྣམས་ལ་དགོས་པ་མ་བྱུང་སྟེ། ཀྱང་པ་  
 བྱེད་དང་གསུམ་གྱིས་དགག་བྱ་དང་། དེ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་  
 དགག་ཚིག་གཉིས་ཀ་བསྟན་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ན་  
 མདའ་ལྲས་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བ་མི་སྤྱི་དོ་སྒྲུབ་པའི་སྟོ།  
 འདིའི་དགག་བྱ་ཡིན་ན་སྤྱི་དོ་བསྒྲུབ་བྱར་སྤང་  
 གསུངས་པ་འདོད་དེ། དངོས་པོའི་རྣམ་པ་བསམ་གྱིས་  
 མི་བྱུབ་པ་ཡང་དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 བཞིན་མ་ཡིན་པར་མདའ་ལྲས་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བ་དགག་  
 བྱ། །མི་སྤྱི་ཅེས་པ་དགག་ཚིག་བརྗོད་མཐར། ཡང་  
 དངོས་པོའི་རྣམ་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་བཀོད་པས་དེ་  
 ཡང་འགོག་པར་སྤང་བས་འདས་པ་འགོག་པ་ཡང་  
 འགོག་པ་ཞེས་གསུང་རིགས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡང་ན་  
 ཞེས་ཚིག་གི་རྣམ་པས་སོ། །ཞེས་རིགས་ཤིང་འཐད་པར་  
 གསུངས་པས་བཀག་བྱིན་པ་ལ། ཡང་དེང་སང་གི་

འགྲེལ་བྱེད་གསར་པ་འགྲེལ་ཞིག་གིས་སྤར་གྱི་ལོག་རྟོག་  
 རྟོང་པ་དེ་ལ་རོ་ལངས་མཛད་དེ། མདའ་ལྷན་གྱུན་ལས་  
 རྒྱལ་བ་དག་གྱུ་མེ་སྤྱོད་ཅེས་པ་དག་གཙོ་བོ་ཡང་ན་  
 ལུས་དངོས་པོ་ཅན་དང་། མཚན་ཆ་ཡང་ལྷགས་ལས་  
 གྲུབ་པ་རྒྱུ་ཅིང་རྩི་བའི་རྒྱས་པ་རྣམ་པར་བཟྱ་བ་  
 དགོས་ཀྱང་མ་བཤད་པས་སོ། །ཞེས་དང་། གཞུང་གི་རྒྱ་  
 དཔེར། རྩི་རྩི་ཡོད་པ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོའི་རྩིས་ཡིན་  
 ཀྱང་། ཀླ་ལ་པར། གང་བྱེད་མཁན་ནི་བྱེད་པ་པོའོ། །ཞེས་  
 རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར་དང་། བར་སྤྱོད་  
 རྟོང་པོ་གསལ་བར་ཡང་། །བྱེད་ཅན་བཙུགས་ན་དང་པོ་  
 ཉིད། །ཅེས་བཤད་པས་དང་པོ་ཉིད་བྱེད་པ་པོར་ཡང་  
 འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་དང་། འདི་ལ་དག་གྱུ་མེ་སྤྱོད་  
 པའི་སྒོ་ལ་བྱས་པ་དག་འཐད་པར་མ་མཐོང་སྟེ། སྒོ་དེ་  
 རྩིས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་སྤྱོད་པར་ད་ལྟ་བུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། གལ་ཏེ་དེ་མ་ཐག་འདས་པ་ཡིན་ཞེ་ན། རྩི་བ་ལ་

ནི་ཤུག་ལ་འཇུག། ཅེས་པ་ཡང་དེ་མ་ཐག་འདས་པར་  
 ཐལ། འགོག་བྱེད་གྱི་རིགས་པ། ཡོངས་རྫོགས་མིན་པར་  
 སེམས་སམ་ཅི། ཞེས་པ་རྗེས་ནས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་  
 རོ། འདོད་ན། དེ་ཡང་བྱུང་བ་འགོག་པར་ཐལ་ལོ། ཞེས་  
 གཏན་ཆོག་མང་པོས་བསྐྱབས་པ་མཐོང་ཡང་མི་འཐད་  
 དེ། རྒྱ་མཚན་རྗེ་བོད་མཁས་པས་ལེགས་པར་བཤད་  
 ཟེན་པའི་ཕྱིར་འདིར་རྒྱས་པར་སྒྲིམ་མི་དགོས་ལ། འོན་  
 གུང་དེ་ལྟ་ན་གཞུང་ཆོག་དེ་ལྟར་གྱུར་བཀག་ཅེས་པའི་  
 འདས་ཆོག་གུང་གཞན་དུ་འཆོས་དགོས་པ་དང་། ད་  
 ལྟར་འགོག་པ་དགག་ཆོག་བརྗོད་པའི་སྐབས་སུ་དགག་  
 བྱ་ན་བ་ལ་ཤུག་ལ་འཇུག་བཞིན་པ་ཞིག་དུ་སྟན་ངག་  
 མཁན་གྱིས་འདོད་པ་དེ་བྱུང་བ་འགོག་པར་ཅིའི་ཕྱིར་  
 འགྱུར། དངོས་པོའི་རྣམ་པ་རྣམ་པར་བཀྲ་ཞེས་པ་ཁོ་ན་  
 ལས་རྣམ་པར་བཀྲ་བ་དགོས་གུང་མ་བཤད་ཅེས་པའི་  
 ཆོག་སྒྲིམ་དང་། ལུས་དངོས་པོ་ཅན་མཚོན་ཆ་ལྷགས་

ལས་གྲུབ་པ་རྩུབ་ཅིང་རྩོམ་པ་རྩམ་པར་བཀྲ་བ་  
 སོགས་ཀྱི་འཕྲད་ལྷན་བཏབ་ཀྱང་གཞུང་ཆོག་ལ་དངོས་  
 གུ་མི་གསལ་ན་དེ་ལྟར་འཆད་པའི་ཁྱད་སྤྱོད་གྲགས་  
 ཁོ་ན་མ་གཏོགས་གཞན་གང་དུའང་མེད་པར་མ་ཟད།  
 དཔང་རྒྱུ་དུའང་དགག་བྱ་མི་སྤྱིད་པའི། འགོག་བྱེད་  
 དངོས་པོའི་རྩམ་པ་སོགས་ཡིན་པར་དངོས་སུ་བཀྲ་ལ་  
 ཞིང་མཁས་མཆོག་ཤོང་དཔང་རྩམ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 གཞུང་དེ་ལྟར་བསྐྱར་བ་དང་། རང་ཅག་ལ་ཆད་མར་  
 གྱུར་བ་རྗེ་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མའང་དེ་བཞིན་དུ་བཞིན་ན་དེ་  
 ཀྱན་བོར་ནས་རང་སྤོ་ཁོ་ན་ཆད་མར་བྱས་ཏེ་གཞུང་གྱི་  
 ཆོམས་སུ་བཅོས་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་བའི་  
 ཕྱིར་དང་། དགག་བྱ་ལྷན་མེད་རྒྱལ་བ་མི་རིགས་སྣམ་  
 པའི་སྤོ་ཡིན་ཡང་། དེ་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལ་སྤོས་པས་  
 བྱང་བ་འགོག་པ་ཡིན་ཚུལ་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་གསལ་བའི་  
 ཕྱིར་དང་། བུ་རྒྱུ་ཞེས་པ་དགག་བྱའི་ལས་ཡིན་ཡང་རྩམ་

དབྱེ་དང་པོར་སྐྱར་བ་ནི། དེ་ལྟར་གྱུར་བཀག་ཅེས་པའི་  
ལེགས་སྐྱར་ཨགྲིཏྲ་ཞེས་པའི་ཀླའི་རྒྱན་མཐའ་ཅན་ཡིན་  
པས། དེས་ལས་གསལ་བར་བརྗོད་པའི་བྱིར་བཤད་པའི་  
ལས་ལ་རྣམ་དབྱེ་དང་པོ་སྐྱར་བ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ།

༢ མངོན་གྱུར་འགོག་པའམ་ད་ལྟ་བུ་འགོག་པ།  
གཉིས་པ་མངོན་གྱུར་འགོག་པའམ་ད་ལྟར་བུ་འགོག་པ་  
ནི།

སྒྲིག་སྒྲིགས་མ་དག་ཅི་ཡི་བྱིར། །

རྣ་བ་ལ་ནི་ལྷུང་ལ་འཇུག།

ལས་འདི་ལ་ནི་བྱུར་མིག་དག།

ཡོངས་རྫོགས་མིན་པར་སེམས་སམ་ཅི། །



གྱེ་སྟན་པར་སྒྲིགས་མ་དག་ཅེས་བོད་ནས་བྱོད་ཅིའི་  
 བྱེར་ན་བ་ལ་མེ་ཏྲིག་ཟུང་ལའི་ཕོན་པོ་ན་རྒྱན་དུ་འཇུག་  
 ཉེ། རྒྱ་རྒྱན་གྱི་ལས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་འཕྲོག་པའི་བྱ་བ་ནི་  
 མིག་རང་ཉིད་ལ་ཚང་ཞིང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་འདི་ལྟ་  
 བ། བྱོད་ད་དུང་ན་བ་ལ་མེ་ཏྲིག་གི་རྒྱ་རྒྱན་འཇུག་པ་  
 ཟུར་མིག་གི་མཛེས་པ་འདི་ལ་ཟུང་ལ་གྱི་མཛེས་པ་  
 ཡོངས་སུ་མ་རྫོགས་པར་སེམས་སམ་ཅི་ཞེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

འགའ་ཞིག་དཀར་མིན་ཟུང་ལ།

རྒྱ་བར་འཇུག་ལ་མཛེས་བོ་ཡིས།

དེ་ལྟར་བསྟོད་པས་མཛེས་བྱེད་པ།

འདི་ནི་མངོན་གྱུར་འགོག་པའོ།

འདིར་དགའ་མ་འགའ་ཞིག་ཟུངས་མེ་ཏྲ་གི་བྱེ་བྲག་  
 དཀར་མེན་ཏེ་སྒྲོན་པོ་རང་གི་ན་བར་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་ལ།  
 སྒྲིམ་པས་དེ་ལྟར་ངོ་བསྟོད་གྲིས་མ་བྱེད་ཅེས་འགོག་  
 པར་བྱེད་པ་སྟེ། འདིར་དགག་བྱ་ནི་ན་བར་ཟུངས་  
 འཇུག་པ། འགོག་བྱེད་དགོས་པ་མེད་པར་བསྟན་པའི་  
 ཚིག་གིས་ཏེ་ད་ལྟར་འཇུག་བཞིན་པ་འགོག་པས་ད་  
 ལྟར་བ་འགོག་པའམ་མངོན་གྱུར་འགོག་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་སྒྲིན་བཞོན་གྱི་ཏྲོགས་པ་  
 བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། འདི་ནི་རུ་མ་རབ་མཛེས་  
 པ། །དོ་ཤལ་ཁུར་གྲིས་རབ་དུ་སྒྲིབ། །མཛེས་ལྗུག་སྒྲིབ་  
 པར་བྱེད་པ་ཡི། །ཤིན་དུ་མང་བའི་རྒྱན་གྲིས་ཅི། །ཞེས་པ་  
 ཡང་ངོ་།

ན་མ་འོངས་པའམ་འབྱུང་འབྱུར་འགོག་པ།  
 གསུམ་པ་མ་འོངས་པའམ་འབྱུང་འབྱུར་འགོག་པ་ནི།

རྩོ་བོ་བདེན་པར་སྦྱོར་བདག།

གཞན་དང་ཅུ་མཉུན་ནས་འཕྲིན་པའི།

ཐུ་སྦྱོགས་ཀྱིས་དམར་མེག་གིས་ནི།

སྤྱོད་ཀྱིས་མཐོང་བར་འགྱུར་མ་ལགས།

ཀྱེ་རྩོ་བོ་ཞེས་བོད་ནས་སྤྱོད་ལ་ཁོ་མོ་བདེན་པའི་ཆོག་  
གིས་ངེས་པར་འོག་ནས་འབྱུང་བའི་དོན་འདི་སྦྱོར། དེ་  
ཅི་ཞེ་ན་གཞན་དག་ཟླའི་བྱད་མེད་དང་ཅུ་མཉུན་ན་སྟེ་ཁ་  
སྤྱོད་ཅིང་འོ་བྱས་པ་ལས་འཕྲིན་པ་སྟེ་བྱུང་བའི་ཆགས་  
པའི་རྣམ་འགྱུར་ཐུ་སྦྱོགས་ལྟར་དམར་བའི་མེག་བྱེད་  
པར་གྱུར་པས། བྱེད་པ་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་སུ་གྱུར་པ་  
བདག་མཐོང་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་མ་ལགས་ཏེ། དེ་  
ལྟར་པན་ཚུན་བྱེད་པ་ཁོ་མོས་མི་བཟོད་པས་དེའི་ཆོ་ཁོ་  
ན་འཆི་ཞིང་བལྟ་བུ་མེད་པར་འགྱུར་བས་སོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

སྒྲུང་ཉིད་ཤིན་ཏུ་སེམས་སྒྲན་མས། །

ནམ་ཞིག་འདི་ཡི་གཞོན་པ་དང་། །

འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་འབྱུང་འབྱུར་འགོག་པའོ། །

དགག་བྱའི་སྒྲུང་ཉིད་ཏུ་རང་གི་བདག་པོ་སྦྱེས་པ་ལ་  
ཤིན་ཏུ་བརྩེ་ཞིང་སེམས་པ་དང་སྒྲན་པའི་དགའ་མས་  
མ་འོངས་པའི་དུས་ནམ་ཞིག་རང་གི་མཛའ་བོ་བྱད་  
མེད་གཞན་དང་འགྲོགས་པའི་གཞོན་པ་འབྱུང་བར་  
དོགས་པའི་དགག་བྱ་དེ། འགོག་བྱེད་རང་ཉིད་འཆི་  
བས་མཐོང་བ་མིན་པ་བཞོན་དེ་འགོག་པར་བྱེད་པས་  
སམ། ཡང་ན་དགག་བྱ་མ་འོངས་པ་ན་མཐོང་བར་  
འབྱུར་བ་ལ་སོགས་པ་དགག་ཆོག་གིས་བཀག་པས་ཀྱང་

འབྲུང་འབྲུར་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །འདྲིའི་གཞུང་ཚོག་  
 སྤར་ཤིན་ཏུ་ཁེངས་ལྡན་མ། ཞེས་བསྒྱུར་བས་འགྲེལ་  
 མཛད་འགའ་ཞིག་གིས་ལང་ཚོས་ཤིན་ཏུ་ཁེངས་པ་དང་  
 ལྡན་པ་ཞེས་བགྲལ། ཁ་ཅིག་གིས་བྱིམ་ཐབས་ཀྱི་བརྟུལ་  
 ཞུགས་ཏེ་བྱུང་མེད་རང་ཉིད་བདག་པོ་ལས་གཞན་པའི་  
 སྐྱེས་པ་དང་མི་འགོགས་པའི་ཁེངས་པ་ལྡན་པ་ཞེས་  
 དང་། དུག་དོག་གི་ཁེངས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཞེས་འགྲེལ་  
 པ་སོགས་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་མང་ཞིང་། བོད་མཁས་  
 པའི་དོན་རྒྱན་དོགས་གཙོད་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ལའང་  
 ཁེངས་ལྡན་མའི་དོན་འདི་ཡིན་གྱི་གསལ་ཁ་མ་བྱུང་བ་  
 སོགས་འཆད་མི་བདེ་བའི་གནད། རྒྱ་དཔེར་མ་ན་སྤྱི་  
 ཞེས་འབྲུང་བ་ཁེངས་པའམ་ང་རྒྱལ་གྱི་དོན་ཡིན་ན་མྱ་  
 ན་ཞེས་མ་རིང་པོ་ཡོང་དགོས་རྒྱལ། འདྲིར་བྱུང་ཏུ་ལས་  
 མ་བྱུང་བ་མ་ནས་ཡིད་དམ་སེམས་ཀྱི་སྐད་དོད་དེ་ཡིན་  
 པས་སེམས་ལྡན་མར་བསྒྱུར་བ་འགྲིག་ཅིང་། ཁེངས་པ་

ནི་མཇའ་བོ་ལ་མི་འདུད་པའི་དོན་དང་། འདིར་ནི་  
བདག་པོ་དེ་རང་ཉིད་ཁོ་ན་དང་འགྲོགས་པ་དོན་དུ་  
གཉེར་བ་ཡིན་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ།

༥ ཆོས་འགོག་པ།

བཞི་པ་ཆོས་འགོག་པ་ནི།

ལུས་སྤ་བྱིད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས། །

འཇམ་པ་ཉིད་དུ་གནས་པ་རྩྱུན། །

གལ་ཏེ་བདེན་པར་འཇམ་པ་ནི། །

སྒྲོ་བུར་དུ་བདག་ཅི་ལ་གསུང་། །

ལུས་སྤ་མ་བྱིད་ཀྱི་ཡན་ལག་རྣམས་རེག་བྱ་འཇམ་པ་  
ཉིད་གནས་སོ་ཞེས་པ་ནི་རྩྱུན་ཏེ། གལ་ཏེ་བདེན་པ་ཉིད་

དུ་འཇམ་པ་ཞིག་ན་སྒྲོ་བུར་དུ་བདག་འདོད་མྱོས་ཀྱི་  
གདུང་བ་རྩུབ་མོས་ཅི་ལ་གདུང་བར་བྱེད་ཅེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་དེ་ལྟར་འདོད་ལྡན་གྱིས། །

དེ་དང་འགལ་བའི་ལས་གྱིས་ནི། །

བུད་མེད་ལྷས་འདི་འཇམ་པ་དག།

འགོག་པ་འདི་ནི་ཆོས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་འདོད་ལྡན་གྱིས་འཇམ་པའི་ཆོས་དེ་དང་  
འགལ་བ་རྩུབ་ཅིང་གདུང་བར་བྱེད་པའི་འགོག་བྱེད་  
དེས་དགག་བྱ་བུད་མེད་ཀྱི་ལྷས་ཆོས་ཅན་དུ་གྱུར་པ།  
དེའི་ཆོས་རིག་བྱ་འཇམ་པའི་དགག་བྱ་དག་འགོག་པ་  
འདི་ནི་ཆོས་འགོག་པའི་རྒྱན་མོ།

༥ ཆོས་ཅན་འགོག་པ།

ལྷ་པ་ཆོས་ཅན་འགོག་པ་ནི།

དེ་ནི་མཛེས་མའམ་མ་ཡིན་ཞེས། །

ནམ་རིག་འདི་ནི་ཅི་ལས་སྐྱེས། །

དེར་ནི་འོད་ཅམ་གཡོ་བ་ཉིད། །

མཐོང་བར་གྱུར་གྱི་རྟེན་མ་ཡིན། །

བཟོད་འདོད་གྱི་ལྷས་ཅན་མ་དེ་ནི་མཛེས་མའམ་མི་  
མཛེས་པ་གང་ཡིན་ཅེས་པའི་རྟོག་དཔྱད་འདི་རྒྱ་ཅི་  
ལས་སྐྱེས་ཏེ་སྐྱེ་བ་མི་རིགས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་ལ་  
འོད་གཡོ་བ་ཅམ་ཞིག་མཐོང་གི་འོད་དེ་གང་ལ་མངའ་  
བའི་ལྷས་རྟེན་དངོས་ཡོད་པ་མ་མཐོང་བས་གཞི་མ་  
གྲུབ་པའི་བྱད་པར་ལ་དཔྱད་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར་རོ་  
ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། འདིའི་གཞུང་ཆོག་ནམ་དབྱེ་འདི་ནི་



ཅི་ལས་སྐྱེས། ཞེས་བསྐྱར་ནས། མཛེས་སམ་མི་མཛེས་  
 རྣམ་པར་དབྱེ་བ་འདི་ཅི་ལས་སྐྱེས་ཞེས་འགྲེལ་བར་  
 བྱེད་པའང་སྒྲུང་མོད། མཛེས་མི་མཛེས་ཀྱི་དབྱེ་བའང་  
 རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་འབྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར་དོན་ལ་འགལ་  
 བ་ཆེར་མེད་ཀྱང་རྒྱ་དཔེར། བློ་བློ་ཀུམ་ཞེས་འབྱུང་བ་  
 རྣམ་པར་དཔྱད་པའམ་རྟོག་དཔྱད་ལ་འཇུག་པ་རྣམ་  
 རིག་ཅེས་བསྐྱར་བ་ལེགས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་རྣམ་པར་  
 རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུགས་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་རྣམ་རིག་དང་  
 རུང་མི་གཅིག་གོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་འདིར་གཞུགས་ཅན་མ་ངོ་མཚར། །

བརྗོད་པར་འདོད་པས་འོད་ཅེས་པའི། །

ཆོས་འདི་ཁས་སྒྲུངས་ཆོས་ཅན་དག།

འགོག་འདི་ཚས་ཅན་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་ཚེག་སྒྱུར་འདིར་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་  
གཟུགས་ཅན་མ་དེའི་གཟུགས་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་  
བདག་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཚར་བའི་བྱད་པར་འཕགས་པ་  
བརྗོད་པའི་ཕྱིར་མཛེས་ཚས་འོད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཅམ་ཞིག་  
ཡོད་པར་ཁས་སྒྲངས་ནས་དེ་གང་ལ་ལྷན་པའི་ཉེན་  
ནམ་བྱད་གཞིའི་ཚས་ཅན་དེ་མ་མཐོང་ཞིང་མེད་དོ་  
ཞེས་དགག་བྱར་བྱས་ནས་བཀག་པས་དཔེར་བརྗོད་སྟེ་  
མའི་ཚྭ་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་པ་ཚས་ཅན་འགོག་པ་ཞེས་  
བྱའོ།

༥ རྒྱ་འགོག་པ།

དྲུག་པ་རྒྱ་འགོག་པ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་མིག་ནི་དམར་གྱུར་ཅིང་། །

མཆུ་ཡི་ཡལ་འདབ་གཡོ་བ་དང་། །

སྒྲིན་མ་འཁྱོག་སྟེ་དེ་ལྟ་ན་འདྲ་། །

ཉེས་པ་མེད་པས་བདག་མི་འཇིགས། །

ཀྱེ་གཏུམ་མོ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཞེ་སྤང་དྲག་པོས་ཁོང་  
ཁྱོ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་འགྱུར་མིག་དམར་  
བ་དང་། མཆུ་གཡོ་བ་དང་། སྒྲིན་མ་འཁྱོག་པོར་ལྟ་བ་  
སོགས་ཁྱོས་པའི་རྣམ་པ་གསལ་བ་དེ་ལྟ་ན་འདྲ་བུད་  
མེད་གཞན་དང་འགྲོགས་པ་སོགས་ཉེས་པའི་རྣམ་པ་  
གང་ཡང་མེད་པས་བདག་མི་འཇིགས་སོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་སྤྱིར་མཇོའ་བོ་མཁས་པ་ཡིས། །

འཇིགས་པ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཡི་གཙོ། །

རང་གི་ཉེས་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་དག་འདིར་ནི་རྒྱ་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་མཇའ་བོ་སྒྲིན་སྤང་བ་ལ་མཁས་པས་བྱད་  
མེད་ཁྲིས་པའི་རྣམ་འགྱུར་དེ་ལྟར་སྒྲིན་པ་ལ་རང་ཉིད་  
བྱད་མེད་གཞན་དང་འགོགས་པའི་ཉེས་པ་ཞིག་གལ་ཏེ་  
ཡོད་ན་འཇིགས་ཤིང་སྒྲག་མེད་ཀྱང་། བདག་ལ་དེ་མེད་  
པས་ཞེས་འཇིགས་པའི་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཉེས་པ་དགག་བྱར་  
བྱས་ནས་འགོག་རྒྱུ་དགག་ཆོག་གིས་བཀག་པ་དེ་ནི་  
རྒྱ་འགོག་པའི་རྒྱ་ལོ། །འདིའི་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་  
གང་ཕྱིར་མཇའ་བོ་མཁས་པ་ཡིས། །ཞེས་ཤོང་དཔང་གི་  
འགྱུར་ལྟར་མེད་རྣམས་ལས་འབྱུང་ཞིང་། དཔང་རྒྱུ་  
དང་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་འགྲེལ་པར་ཡང་དེ་བཞིན་  
དུ་བཀྲལ་བ་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་  
སྤར་ཐང་པ་མན་ཆད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཀུན་ན། མཇའ་མོ་

མཁས་པ་ཞེས་བཅོས་ནས་དེ་བཞིན་དུ་བཀྲལ་བ་སྟར་  
ན། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། བྱི་ཡུ་ཞེས་འབྱུང་རིགས་པ་ལ་  
བྱི་ཡེ་ཏ་ཞེས་སྐྱེས་པའི་རྟ་གས་མཐར་གསལ་བས་འཐད་  
བ་མ་ཡིན་ནོ།

ལ འབྲས་བུ་འགོག་པ།

བདུན་པ་འབྲས་བུ་འགོག་པ་ནི།

མཛའ་བོ་དང་ནི་རིང་ན་གནས། །

ཁུ་འཛིན་བཟོད་ལྷན་འདི་ནི་འོངས། །

ནི་ཚུ་ལ་ཡང་རྒྱས་པར་མཐོང་། །

བདག་གི་མིན་པ་འདི་ཅི་ག།

མཛའ་བོ་སྟེ་རང་གི་བདག་པོ་འདོད་པའི་གྲོགས་ནི་

ཐག་རིང་པོའི་ལམ་དུ་སོང་ཞིང་གནས་པ་དང་། ཁུ་

འཛིན་ཏེ་སྤྱིན་པན་ཚུན་དུ་གཡོ་ཞིང་འོང་བ་དང་།  
ཤིང་ནི་ཚུ་ལ་སྟེ་རྒྱ་ལྷང་རྒྱས་པས་སྟེ་མའི་དྲ་བའི་རལ་  
པ་ཅན་དུ་མཐོང་བས་ན་བྲལ་བས་ཉེན་པ་བདག་  
ཆགས་པ་དྲག་པོས་གདུང་སྟེ་འཆི་བའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་  
ཆོགས་ཀྱང་ད་དུང་བདག་མི་འཆི་བར་ཡུན་རིང་པོར་  
སྤྲུག་བསྐྱལ་གྱི་སྟོན་དུ་གྱུར་ཅིང་གདུང་བ་འདི་ཅི་ཡིན་  
ནམ་ཞེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

དེ་རྒྱ་ཆེ་འཛིན་བགྲོད་པ་ནི།

མི་བཟོད་པ་དག་ཉེར་བཀོད་ནས།

འབྲས་བུ་འཆི་བ་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར།

དེ་ནི་འབྲས་བུ་འགོག་པའོ།

བྲལ་བས་ཉེན་པ་མོ་དེ་ཉིད་ཆགས་པའི་གདུང་བ་དྲག་  
 བོས་གཟེར་ཏེ་འཆི་བའི་རྒྱ་རྒྱ་འཛིན་བཤོད་པ་དང་།  
 མཇེའ་བོ་རིང་ན་གནས་པ། ཤིང་ནི་ཚུ་ལ་རྒྱས་པ་མཐོང་  
 བ་སོགས་རྒྱ་ཐམས་ཅད་ཆང་ཡང་། དེ་ནམས་ཀྱི་འབྲས་  
 བྱ་འཆི་བ་ཉིད་མ་འགྲུབ་པར་བརྗོད་པས་འདིར་དགག་  
 བྱ་འབྲས་བྱར་གྱུར་པའི་འཆི་བ། འགོག་བྱེད་མིན་པ་  
 ཞེས་པའི་དགག་ཆོག་གིས་བཀག་པ་འདི་ནི་འབྲས་བྱ་  
 འགོག་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་ལའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་  
 པའི་ཡལ་འདབ་དུ། གང་དུ་གཟུགས་འདི་མི་བཟད་  
 མོང་འདི་གར། །འབྱོར་དེ་གང་དུ་གང་དེ་སྐབས་ངན་  
 འདི། །བདག་སྟོང་མི་འགས་འདི་ལ་སུ་ཞིག་གིས། །རྩོ་  
 རྩེའི་མན་ངག་བྱིན་པ་ཡོངས་མི་ཤེས། །ཞེས་པ་ཡང་ངོ་།

༥ རྩེས་གནང་འགོག་པ།

བརྒྱད་པ་རྩེས་གནང་འགོག་པ་ནི།

གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་གཤེགས་པར་མཛོད། །

ཁྱོད་ཀྱི་བགྲོད་པས་བདག་ལ་ནི། །

གདུང་བ་ཡུན་རིང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །

འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་དོགས་མི་འཚལ། །

བདག་པོ་ཁྱོད་གལ་ཏེ་གཤེགས་བཞེད་ན་གཤེགས་པར་  
མཛོད་ཅིག་ཁྱོད་ཡུལ་གཞན་དུ་བགྲོད་པས་བདག་ལ་  
གདུང་བ་ཡུན་རིང་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་བྲལ་མ་  
ཐག་འཆི་བས་སོ། །ཁྱོད་དང་བྲལ་ཡང་བདག་མི་འཆི་བ་  
སྲིད་དམ་སྟུམ་པའི་དོགས་པ་ནི་མི་འཚལ་ཏེ་དེ་འདྲའི་  
སྐབས་མི་སྲིད་ཅིང་ངེས་པར་འཆི་བས་སོ་ཞེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་འཆི་བ་གསལ་བྱེད་པས། །



རྩིས་གནང་ཉིད་ཀྱི་སྒོ་ནས་ནི། །

མཛེལ་བོའི་བཀོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་རྩིས་གནང་འགོག་པར་བཟོད། །

ཅེས་བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བཟོད་པ་འདིར་དགག་

བྱ་མཛེལ་བོའི་བཀོད་པ། འགོག་བྱེད་བྱེད་མེད་རང་

ཉིད་འཆི་བ་གསལ་བར་བྱེད་པས་འགོག་པ་ཡིན་ཀྱང་

ནྟམ་པ་བཟོད་ཚུལ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་གཤེགས་པར་

མཛོད་ཅེས་རྩིས་སུ་གནང་བ་སྐད་དུ་བྱས་ནས་འགོག་

པ་འདི་ནི་རྩིས་གནང་འགོག་པའོ། །

༩ དབང་གིས་འགོག་པ།

དགུ་པ་དབང་གིས་འགོག་པ་ནི།

ནོར་ནི་མང་པོ་རྙེད་འགྱུར་ཞིང་། །

ལམ་ལུ་ཡང་ནི་བདེ་ཞིང་དགོ།

བདག་སྟོག་ལ་ཡང་ཐེ་ཚོམ་མེད། །

འོན་ཀྱང་མཇེའ་བོ་འགྲོ་མི་བྱ། །

མཇེའ་བོ་ཁྱོད་བྱེས་སུ་ཕྱིན་ན་ནོར་མང་པོ་རྟེན་པར་  
འགྱུར་ཞིང་། ལམ་ལུ་ཡང་བགྲོད་པ་བདེ་ལ་དག་མེད་  
པར་དགོ་བ་དང་། བདག་ཉིད་ཀྱང་མི་འཆི་བས་  
འཆིའམ་མི་འཆི་སྟམ་སྟོག་ལ་ཐེ་ཚོམ་དུ་འགྱུར་བའང་  
མེད་མོད། འོན་ཀྱང་མཇེའ་བོ་ཁྱོད་ནི་ཡུལ་གཞན་དུ་  
འགྲོ་བར་མི་བྱའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

མཇེའ་བོ་འགྲོ་བར་སྦྱོར་བ་ཡི། །

རྒྱ་རྣམས་དག་ནི་རབ་བཤད་ནས། །

དབང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་དེ་འགོག་པ། །

འདི་འདྲ་དབང་གིས་འགོག་པའོ། །

མཛེའ་བོ་འགོ་བ་ལ་སྒྱུར་བའི་རྒྱ་རྣམས་རབ་དུ་བཤད་  
ཅིང་བགོད་པ་འགོག་པའི་རྒྱ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་  
དུ་དགག་བྱ་མཛེའ་བོ་འགོ་བ། འགོག་བྱེད་འགོ་མི་བྱ་  
ཞེས་དབང་ཆེ་བའི་ངག་གིས་འགོག་པའི་ཚུལ་འདི་འདྲ་  
བ་ནི་དབང་གིས་འགོག་པའོ། །འདིར། བདག་སྟོན་ལ་  
ཡང་ཐེ་ཚོམ་མེད། །ཅེས་པའི་གཞུང་འཆད་སྐབས་  
དབང་རྒྱུ་དུ། བྱོད་དང་བྲལ་བ་ལས་ངེས་པར་འཆི་  
བས་ན་བདག་གི་སྟོན་ལའང་ཐེ་ཚོམ་མེད་ཅེས་པས་  
ཚུལ་བཟོད་དེ། དེ་ལྟ་བུར་འགྱུར་བ་འོན་ཀྱང་བྱོད་མ་  
འགོ་ཞིག་ཅེས་པར་ཁོ་མོ་འདོད་དོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་རྒྱ་  
འགྲེལ་བསྒྱུར་བ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་ཕྱིས་སུ་ཡིག་ཞོར་བྱུང་  
བ་ཞིག་ཏེ། རྣམ་སྒྲིལ་རྒྱ་འགྲེལ་དུ། བདག་བྱོད་དང་བྲལ་

བས་སྒྲིག་ལ་ཐེ་ཚཱ་པ་སྟེ་འཆི་བའང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
བཀའ་བ་གཞུང་གི་དཔེར་བརྗོད་དང་དེའི་དོན་བཤད་  
པ་གཉིས་ཀ་དང་འགྲིག་པའི་བྱིར་སྐབས་འདིར་བོད་  
འགྲེལ་གཞན་རྣམས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་འཆད་དགོས་ཏེ་  
གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པའང་དེ་ཁོ་ནའོ།

༡༠ མ་གུས་པས་འགོག་པ།

བརྩུ་པ་མ་གུས་པས་འགོག་པ་ནི།

བདག་ནི་གསོན་རེ་སྟོབས་དང་ལྡན། །

ནོར་གྱི་བསམ་པ་སྟོབས་ལྡན་མིན། །

མཛའ་བོ་གཤེགས་སམ་བཞུགས་ལགས་སམ། །

རང་གི་གནས་སྐབས་སྟོས་པ་ལགས། །

བྱང་མེད་ཀྱིས་རང་གི་བདག་པོ་སྐྱེས་པ་ཞོར་སྐྱབ་པའི་  
 སྐད་འགྲོ་བར་ཚུམ་པ་ལ་སྐྱས་པ། བྱོད་ཕྱིན་ན་ཁོ་མོ་  
 འཆི་ལ་མ་ཕྱིན་ན་མི་འཆི་ཞེས་པ་ཤུགས་ཀྱིས་གོ་བར་  
 བྱས་ནས་དངོས་སུ་སྐྱབ་པའི་ཆོག་བདག་ནི་བྱོད་དང་  
 འགྲོགས་ཏེ་གསོན་དུ་རེ་བའི་བསམ་པ་སྟོབས་དང་ལྷན་  
 གྱི་ཞོར་སྐྱབ་པའི་བསམ་པ་སྟོབས་དང་མི་ལྷན་པས་  
 ཞོར་བས་གསོན་པ་དགའ་བ་རང་གི་གནས་སྐབས་ཏེ་  
 བསམ་པ་སྐྱོས་ཤིང་རིག་པ་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་  
 གཤེགས་སམ་བཞུགས་པ་ནི་བྱོད་ཀྱིས་ཤེས་སོ་ཞེས་  
 པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་ཆགས་ལྷན་མས། །

མཇེའ་བོའི་བསྐྱོད་པ་འགོག་བྱེད་ཅིང་། །

མ་གུས་བཞིན་དུ་ཆོག་སྦྱར་བ། །

འདི་ནི་མ་གུས་པས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་སྦྱར་བ་འདིར་ནི་བྱད་མེད་ཆགས་ལྡན་  
མས་དགག་བྱ་མཛའ་བོའི་བཟོད་པ། འགོག་བྱེད་  
འགོའམ་སྔོན་སྔོན་རང་གིས་ཤེས་སོ་ཞེས་མ་གུས་པ་  
ལྟར་བཟོད་པའི་ཆོག་གིས་འགོག་པ་ནི་མ་གུས་པས་  
འགོག་པའོ།

༡༡ ཤེས་བཟོད་ཀྱིས་འགོག་པ།

བརྩ་གཅིག་པ་ཤེས་བཟོད་ཀྱིས་འགོག་པ་ནི།

མཛའ་བོ་གལ་ཏེ་གཤེགས་ན་བཟུང། །

སྔོན་གྱི་ལམ་ནི་ཤེས་གྱུར་ཅིག།

གང་དུ་སྔོན་ནི་གཤེགས་པ་དེར། །

བདག་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཅིག །

མཛེའ་བོ་ཁྱོད་གལ་ཏེ་གཤེགས་པར་བཞིན་ན་སྐྱར་དུ་  
བཞུད་ཅིག་ཁྱོད་ཀྱི་ལམ་ནི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དེ་ལེགས་དང་  
ལྷན་པར་ཀྱི་ཅིག་བྲལ་བའི་གདོན་གྱིས་གསོན་པ་  
ཕྱོགས་པ་ཁོ་མོ་ཁྱོད་དང་བྲལ་བས་ཤེ་མ་ཐག་ཁྱོད་གང་  
དུ་གཤེགས་པའི་ཡུལ་དེར་སྐྱེ་བར་ཀྱི་ཅིག་ཅེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

དེ་ལྟར་ཤེས་བརྗོད་ལམ་གྱིས་གང་། །

རང་གི་གནས་སྐབས་གསལ་བྱེད་མས། །

མཛེའ་བོའི་བཞུད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་ཤེས་བརྗོད་གྱིས་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཤེས་པ་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ལ་  
སྟོན་པའི་ལམ་གྱི་སྟོན་ས་རང་གི་གནས་སྐབས་འཆི་བ་  
གསལ་བར་བྱས་པའི་འགོག་བྱེད་ཀྱིས་དགག་བྱ་མཛའ་  
བའི་བཟོད་པ་འགོག་པ་ཡིན་ཀྱང་རྣམ་པ་བཟུང་ཅིག་  
ཅས་དང་། ཤེས་པ་བརྗོད་པ་ལྟར་བྱས་པས་ཤེས་བརྗོད་  
ཀྱིས་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ།

༡༢ རྩལ་མོས་འགོག་པ།

བརྩ་གཉིས་པ་རྩལ་མོས་འགོག་པ་ནི།

གལ་ཏེ་སྟོང་འགྲོ་བདེན་ཉིད་ན། །

སྟོང་ཀྱིས་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་ཚལ། །

བདག་ནི་སྤྲུགས་འཚོལ་འཆི་བ་ཡིས། །

དེ་རིང་ཉིད་དུ་འགོག་པར་འགྱུར། །



གལ་ཏེ་བྱོད་ཡུལ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་བདེན་པ་ཉིད་ཡིན་  
ན་བྱོད་གྱི་དགའ་མ་གཞན་པ་འགའ་ཞིག་ཆོལ་ཅིག་  
བདག་ནི་བྱོད་དང་བྲལ་བའི་གདུང་བས་སྐྱགས་འཆོལ་  
བའི་རྒྱ་འདིས་འཆི་བའི་གདུང་བས་དེ་རིང་ཉིད་དུ་  
འཆོ་བ་འགོག་པར་འགྱུར་རོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་གི་བྱིར་མཛེའ་བའི་དབང་གྱུར་མས། །

མཛེའ་བའི་བགྲོད་པ་འགོག་བྱེད་པ། །

ཆོག་རྒྱབ་ཡི་གེ་སྟོན་འགྲོ་ཅན། །

འདི་ནི་རྒྱབ་མའི་འགོག་པའོ། །

གང་གི་བྱིར་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་མས་  
དགག་བྱ་རང་གི་མཛེའ་བོ་འགྲོ་བ། འགོག་བྱེད་བྱོད་  
འགྲོ་བ་བདེན་པ་ཉིད་ན་ཞེས་དང་། དགའ་མ་གཞན་པ་

འགའ་ཞིག་ཚལ་ཅིག་ཅེས་པའི་ཚིག་རྩལ་པོ་སྟོས་པ་  
མེད་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ཅན་གྱིས་འགོག་པ་ནི་རྩལ་མོས་  
འགོག་པའོ།

༡༩ གྲོས་གྱིས་འགོག་པ།

བརྩ་གསུམ་པ་གྲོས་གྱིས་འགོག་པ་ནི།

གལ་ཏེ་གསེགས་ན་ཟུར་དུ་བཞུང། །

ཕྱིས་ན་གཉེན་འདུན་འབྲུགས་པའི་ཁས། །

བསྐྱགས་པའི་ཚེ་ངེས་འགྲོ་བ་ཡི། །

གོགས་ཟུར་ཁྱོད་ཀྱི་ན་བར་འོང་། །

གལ་ཏེ་གསེགས་པར་བཞེད་ན་མ་འགོར་བར་ཟུར་དུ་  
བཞུང་ཅིག་ཅུང་ཟད་ཕྱིས་ན་ཁྱོད་བཞུང་མི་ཐུབ་སྟེ་བྲལ་  
བའི་གདུང་བས་ཁོ་མོ་ཤི་བ་ལ་གཉེན་འདུན་ན་མས་ཟུ་

ངན་གྱིས་འབྲུགས་པའི་ཁས་བསྐྱགས་པའི་ཚ་ངེ་དྲག་པོ་  
ཁྱོད་འགྲོ་བའི་གོགས་སུ་གྱུར་པ་དག་ན་བར་འོང་བས་  
དེ་མ་བྱུང་བ་ལ་སོང་ཞིག་ཅེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་མཐའ་གཅིག་ཏུ།

ཆགས་མས་གྲོས་ཉིད་བྱེད་པ་ཡིས།

མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ་འགོག་པ་འདི།

གྲོས་ཉིད་གྱིས་ནི་འགོག་པའོ།

གང་གི་ཕྱིར་སྒྱུར་བ་འདིར་མཐའ་གཅིག་ཏུ་སྡེ་ཤིན་ཏུ་  
ཆགས་མ་བྱུང་མེད་ཀྱི་དགག་བྱ་མཛའ་བོའི་བགྲོད་པ།  
འགོག་བྱེད་བྲལ་བའི་གདུང་བས་རང་ཉིད་འཆི་ཞིང་  
དེའི་ཟུང་ན་གྱིས་གཉེན་འདུན་འབྲུགས་པ་སོགས་  
གནས་སྐབས་ངན་པ་དེ་ཉྟ་བུར་འགྱུར་བ་གསལ་བར་

བྱས་པས་འགོག་པ་ཡིན་ཀྱང་རྣམ་པ་མཛའ་བོ་འགོ་བ་  
 ལ་སྒྱུར་བའི་གོས་བྱེད་པའི་ཟོལ་གྱིས་བཟོད་པ་ནི་གོས་  
 གྱིས་འགོག་པའོ། འདི་སྒྲར་གོགས་གྱིས་འགོག་པ་ཞེས་  
 བསྐྱར་ཡང་། ས་ཅི་བ་ཞེས་པ་གོས་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་  
 པས་མངོན་བཟོད་རྣམས་སུ་བཀའ་བགོས་ཀྱི་སྒོན་པོ་ལ་  
 རྒྱུས་ཅི་བ། ཀམ་ས་ཅི་བ་ཞེས་དང་། ས་ཅི་བ་ཁོ་ན་འང་  
 དེའི་མིང་དུ་འཇུག་པར་བཤད་པས། སྐབས་འདིར་ཡང་  
 གོགས་གྱིས་འགོག་པ་ཞེས་ལེགས་སྒྱུར་དུ་སྒྲ་ཅི་སྒྲ་ཞེས་པ་  
 ཞེས་ཡོད་ཅིང་། ས་ཅི་བ་ལས་དངོས་པོས་རྒྱུན་ཅུང་སྒྱུར་  
 བས་སྒྲ་ཅི་བྱ་ཞེས་གྲུབ་པའང་། གོས་བྱེད་པའམ་གོགས་  
 བྱེད་པ་ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་དང་། རྒྱ་མཚན་གཞན་  
 ཡང་གཞུང་ཉིད་དུ། མཛའ་བོ་བྱོད་གཤེགས་ན་སྒྱུར་དུ་  
 བཞུད་པ་ལེགས་ཀྱི་ཅུང་ཟད་འགྲུངས་ན་ཉི་དུའི་གཏམ་  
 མི་སྟན་པ་ཐོས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གོས་བྱེད་པའི་ཚུལ་  
 གྱི་འགོག་པར་སྒྲུང་བས་སོ།

༡༤ འབད་པས་འགོག་པ།

བཅུ་བཞི་པ་འབད་པས་འགོག་པ་ནི།

བཅུད་ཅེས་བྱུད་དགེས་བཟློད་འདོད་ཀྱང་།

བདག་ཉིད་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཆོག།

མ་གཤེགས་ཞེས་པ་ཁ་ནས་ནི།

བྱུང་བར་གྱུར་ལ་བདག་ཅི་བྱེད།

མཛེའ་བོ་བྱུད་བཅུད་ཅིག་ཅེས་བྱུད་དགེས་པའི་སྦྲེད་དུ་  
བཟློད་པར་འདོད་མཛེད་དེ་ཁོ་མོ་བདག་ཉིད་དགའ་བར་  
བྱེད་པའི་ཆོག་མ་གཤེགས་ཞེས་པ་ཞིག་རང་དབང་མཛེད་  
པར་ཁ་ནས་བྱུང་བར་གྱུར་པ་ལ་བདག་ཅི་ཞིག་བྱེད་དེ་  
བསམ་བཞིན་མ་ཡིན་པར་དབང་མཛེད་དུ་ཤོར་བས་བྱུད་  
མི་དགའ་བར་བྱེད་འོས་པའི་སྦྱོན་ཅི་ཡང་མཛེད་དོ་ཞེས་  
པའི་དོན་ཏྟ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

མི་འདོད་དངོས་ལ་འབད་བྱས་པས། །

འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་བསྐྱེད་པས། །

དོན་མེད་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །

དེ་ནི་འབད་པས་འགོག་པའོ། །

བུད་མེད་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་འདོད་པའི་དངོས་པོ་བཟུང་  
ཅིག་ཅེས་བརྗོད་པ་ལ་འབད་ནས་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བར་  
ཚུམ་པ་ལ་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་མ་གཤེགས་  
ཞེས་རང་གི་འདོད་པ་ཉིད་དབང་མེད་དུ་ཐལ་བ་  
བསྐྱེད་པས་བཟུང་ཅེས་བརྗོད་པ་ལ་འབད་པ་ཉིད་དོན་  
མེད་དུ་གྱུར་པ་སྟེ། དེས་འདིར་དགག་བྱ་མཛའ་བའི་  
བསྐྱོད་པ་འགོག་བྱེད་མ་གཤེགས་ཞེས་པའི་ཆོག་ཐལ་བ།  
དེ་ཡང་བསམ་བཞིན་དུ་མ་ཡིན་པར་བཟུང་ཅིག་ཅེས་

བརྗོད་པར་འདོད་པ་ལ་འབད་པའི་ཀུན་སྦྱང་ལས་བྱུང་

བས་ན་འབད་པས་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ།

༡༥ གཞན་དབང་གིས་འགོག་པ།

བཙེ་ལྷ་པ་གཞན་དབང་གིས་འགོག་པ་ནི།

སྐད་ཅིག་ལྟ་བུའི་གོགས་བྱེད་པའི།

རྗེ་མ་བརྗོད་པ་ལ་བློ་བ།

བྱུང་གིས་མཇེའ་བར་འགོ་བ་སྦྱོས།

བདག་ནི་དེ་ཡི་འདོད་པ་འདོད།

མཇེའ་བོས་རང་གི་བྱུང་མེད་ལ་བདག་དཀའ་ཐུབ་གྱི་

ནགས་སུ་འགོ་བས་གོགས་མ་བྱེད་ཅེས་སྦྱོས་པ་ན། བྱུང་

མེད་གིས་ཁོ་མའི་རྒྱུ་ལ་བྱུང་ལ་རྒྱུ་མི་འཆད་དམ་

ཁོར་ཡུག་དུ་བལྟ་བ་ལ་སྐད་ཅིག་མའི་ཡུན་དུ་གོགས་

བྱེད་པ་རྩི་མ་བསྐྱོད་པ་ཅམ་ལའང་སྒོ་ཞིང་སྤང་བར་  
བྱེད་པའི་སེམས་མཛའ་བ་ཤུགས་ཅན་འདི་ལ་སྤྱོད་འགྲོ་  
བར་སྒྲོས་ཤིག་བདག་ནི་དེའི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་  
པས་དེས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་ཁོ་མོས་ཀྱང་  
འདོད་པའི་ཕྱིར་དེས་བཏང་ན་བདག་གིས་ཀྱང་གཏོང་  
ལ་མ་བཏང་ན་མ་ཡིན་ནོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་མཛའ་བའི་གཞན་དབང་མས། །

དེ་ཡི་བསྐྱོད་པ་འགོག་བྱེད་ཅིང་། །

དོན་འདི་ཉི་བར་གསལ་བྱེད་ཕྱིར། །

འདི་ནི་གཞན་དབང་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་མཛའ་བའམ་དགའ་བའི་གཞན་དབང་དུ་  
གྱུར་པའི་དགའ་མ་དེ་ཡིས་དེ་ལྟར་བདག་མཛའ་བས་



གཟུག་ནས་བྱོད་བཏང་བའི་དབང་མེད་དོ་ཞེས་མཛེེ་  
 བོ་འགྲོ་བ་འགོག་པའི་དོན་འདི་གསལ་བའམ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པ་སྟེ། འདིར་ཡང་དགག་བྱ་མཛེེ་བོའི་བཟོད་པ་  
 འགོག་བྱེད་འབྲལ་མི་ཤོད་པར་སེམས་མཛེེ་བའི་  
 གཞན་དབང་གིས་འགོག་པས་ན་གཞན་དབང་འགོག་  
 པའོ། །འདི་ལ་ཆོག་རྒྱུ་གོང་འོག་བསྒྲུབ་བ་ནི་འཆད་  
 ཚུལ་མ་ཤེས་པའི་ཉེས་པས་བྱ་ཆོམས་སུ་གཞུང་དགྲུགས་  
 པའོ་ཞེས་བོད་མཁས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ།

### ༡༥ ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པ།

བཙུ་བྱུག་པ་ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པ་ནི།

མགོན་པོ་འབྲལ་བ་བཟོད་པར་བཟྱ། །

གང་གིས་མིག་བསྒྲོས་བདག་ལ་ནི། །

འདོད་པས་བསྐྱུན་དུ་མི་མཐོང་བའི། །

མཐོང་མེན་མེག་སྒྲན་བདག་ལ་སྒྱུལ། །

ཀྱེ་མགོན་པོ་ཞེས་རང་གི་བདག་པོ་ལ་བོད་ནས་བྱོད་  
དང་བྲལ་བའི་གདུང་བ་ནི་བདག་གིས་བཟོད་པར་བགྱི་  
མོད་ཀྱང་། བྱོད་སོང་བའི་འོག་དུ་མེག་སྒྲན་གང་གིས་ཁོ་  
མོའི་མེག་ལ་བསྒྲུབ་པ་ཅམ་གྱིས་འདོད་པའི་སྤྱི་མེ་  
ཏོག་གི་མདས་སམ་འདོད་པའི་ཆགས་པས་བདག་ལ་  
བསྒྱུན་དུ་མི་མཐོང་བའི་མེག་སྒྲན་ཏེ་མི་སྤང་བའི་རྩ་ས་  
ཞེག་བྱོད་གྱིས་བདག་ལ་སྒྱུལ་ཞེག་ཅེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

འཆོ་བའི་ཐབས་ནི་དཀའ་བ་དག །

ཉེ་བར་བཀོད་ནས་བདག་པོ་ནི། །

འགྲོ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར། །

འདི་འདྲ་ཐབས་གྱིས་འགོག་པར་བརྗོད། །

མཛེལ་བོ་དང་བུལ་བའི་འོག་ཏུ་འདོད་པའི་ཆགས་པ་  
 དྲག་པོས་གལ་ཏེ་གདུང་བར་གྱུར་ན་ངེས་པ་ཁོ་ནར་  
 འཆི་བ་ཡིན་པ་ལ་ཞེས་སྤུལ་བྱུང་གི་བཟོད་པས་བཟོད་  
 ནས། འདོད་པ་དེ་ཉླ་བུས་བསྐྱུན་དུ་མི་མཐོང་བའི་མིག་  
 སྒྲན་ཞིག་ཡོད་པ་སྤྲོད་ན་མི་འཆི་བར་འཆོ་བའི་ཐབས་  
 སུ་འགྱུར་ཡང་དེ་ཉླ་བུའི་ཐབས་རྟེན་དཀའ་བ་སྟེ་མི་  
 སྤྲོད་པ་ཞིག་སྐྱེན་དགོས་པའི་ཆོག་ཏེ་བར་བཀོད་ནས་  
 འགོག་བྱེད་ངེས་དགག་བྱ་མཛེལ་བོའི་བཟོད་པ་འགོག་  
 པ་ཡིན་ཀྱང་། བཟོད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པར་སྤྱོད་དང་བུལ་  
 བའི་གདུང་བ་ནི་བཟོད་པར་བགྱེའོ། །ཞེས་མི་འགོག་པ་  
 ཉླར་སྐྱས་ཀྱང་སྐྱེན་དཀའ་བའི་ཐབས་ངེས་ཤུགས་ཀྱིས་  
 འགོག་པར་འགྱུར་བས་ཐབས་ཀྱིས་འགོག་པ་ཞེས་བྱ་  
 བར་བཟོད་དོ། །འདི་ལ་འཆོ་བའི་ཐབས་ནི་དཀའ་བ་  
 དག། ཅེས་བྲིས་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། རྒྱ་དཔེར། རྩོ་ཕ་ན་  
 ལྷ་པུ་ཡ། ཞེས་འཆོ་བའི་ཐབས་ཀྱིས་སྐད་དོད་དངོས་སུ་

ཡོད་པས་སོ། །འདྲིའི་མིག་སྒྲན་ཞེས་པ་ནི་མི་སྤང་བའི་  
རྩལ་ཏེ་གྲུབ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་  
སྒྲན་དང་དོན་གཅིག་ཅིང་། ཨ་ལྷ་ན་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་  
ཀྱང་གཅིག་པ་ཉིད་དོ།

༡༧ ཁྱོ་བས་འགོག་པ།

བརྩ་བདུན་པ་ཁྱོ་བས་འགོག་པ་ནི།

རྩོ་བོ་སྤྱད་ཀྱི་ཞལ་ནས་ཆོག།

བདག་འགྲོ་ཞེས་པ་ངེས་པར་བྱུང་། །

མཇེའ་བ་དམན་པ་སྤྱད་ཀྱིས་ད། །

མ་སྤྱན་ན་ཡང་བདག་ལ་ཅི། །

ཀྱི་རྩོ་བོ་ཞེས་བོད་ནས་སྤྱད་ཀྱི་ཞལ་ནས་བདག་ཡུལ་

གཞན་དུ་འགྲོ་འོ། །ཞེས་བརྗོད་པར་མི་འོས་པའི་ཆོག་

འདི་ངེས་པར་བྱང་བེན་མོད་བདག་ལ་མེ་སེམས་པར་  
དེ་འདྲ་བཟོད་མོད་པའི་ཕྱིར་མཇའ་བ་དམན་ཅིང་སྒྲིང་  
རིང་བ་བྱོད་ཀྱིས་ད་མ་ཕྱིན་པར་བསྐྱད་ན་ཡང་བདག་  
ལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་ད་ནི་བྱོད་བསྐྱད་པ་དང་སོང་བ་  
མཉམ་མོ་ཞེས་པའི་དོན་དོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

མཇའ་བ་རྒྱས་པས་མ་བསྐྱམས་པའི།

བདག་ཉིད་ཁྱོ་བས་མཇའ་བོ་ཡི།

འགྲོ་བ་རྩུམ་པ་བསྐྱོག་པ་གང་།

འདི་ནི་ཁྱོ་བས་འགོག་པའོ།

མཇའ་བ་རྒྱས་ཆེས་པས་བདག་པོ་འགྲོ་བ་མ་བཟོད་  
ནས་ཁྱོས་པའི་དབང་གིས་ངག་མ་བསྐྱམས་པར་རང་གི་  
བདག་པོ་ལ་ཁ་ངན་གྱི་རྣམ་པའི་ཆོག་རྩལ་སྤྲོ་བའི་

བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དགའ་མས་མཛའ་བོ་འགྲོ་བར་རྩམ་  
 པའི་དགག་བྱ། ཁྱོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་སྒོ་ནས་བསྒྲེག་  
 པའི་ཕྱིར་ཁྱོ་བས་འགོག་པའོ། །འདྲིར་མ་བསྐྱམས་པ་  
 ཞེས་པ་དཔང་རྟེན་ཏུ་མཛའ་བ་རྒྱས་ཤིང་ཆེ་བས་མ་  
 བསྐྱམས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་དགའ་མ་ཞེས་འབྱུང་  
 བ་མཁས་པའི་ཆོག་བསྐྱེད་བས་ཕྱིས་གྱི་འགྲེལ་མཛད་  
 ཀུན་ལ་གོ་ཕྱོགས་ཐ་དད་དུ་གྱུར་ནས། འགའ་ཞིག་གིས་  
 མཛའ་བ་རྒྱས་པ་སྟེ་སྟོང་ཉེ་བས་མ་བསྐྱམས་པའི་  
 དགའ་མ་ཞེས་དང་། གཞན་དག་ཡུལ་ལ་དབང་བོ་མ་  
 བསྐྱམས་པའི་དོན་དུ་འཆད་པ་སོགས་གཞུང་དོན་མ་  
 ཡིན་པས། རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་འདྲིར་གསལ་  
 བར་བཀོད་པའོ།

༡༥ སྟོང་རྩེས་འགོག་པ།

བཙོ་བརྒྱད་པ་སྟོང་རྩེས་འགོག་པ་ནི།

མ་སྒྲིམ་བྱ་མའི་རྣ་བ་ལ། །

མ་བྱས་ཆང་ལ་མ་བཏབ་པར། །

ཁྱོད་ཀྱི་དག་ཡི་རྫོང་ཉིད་དུ། །

ཡུལ་སྒྲིམ་པོ་ཟེགས་པར་གྱུར། །

རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་དག་ཁྱོད་ཀྱི་དཔུང་གིས་བསང་པས་  
ཐམས་ཅད་ཤི་ཞིང་ཡུལ་སྒྲོང་པའི་རྫོང་གི་ཡུལ་ལའི་མེ་  
ཏོག་གི་དྲི་བཟང་རྣམས་ལ་སྐྱས་ཀྱང་མ་སྒྲིམས་ཤིང་། བྱ་  
མོ་རྣམས་ཀྱི་རྣ་རྒྱན་དུ་ཡང་མ་བྱས། ཆང་ལ་ཡང་མ་  
བཏབ་པར། རང་བཞིན་གྱིས་རྫོང་ཞིང་བདག་པོ་མེད་  
པར་ཟེགས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞིས་རྒྱལ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ་བ་  
ལ་བསྟོད་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

སྒྲིང་རྫོང་བཅས་བཞིན་ཡུལ། །

དེ་འོས་ལས་ནི་བསྐྱོག་བྱས་ནས། །

ཟུང་ན་འོས་པའི་སྐབས་སྟོན་ཕྱིར། །

འདི་ནི་སྟོང་རྗེས་འགོག་པའོ། །

སྟོང་རྗེ་དངོས་ནི་ཡུལ་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱེལ་དང་  
བཅས་པ་ཁོ་ན་ལ་འབྱུང་གི་སེམས་མེད་བཅ་པོའི་དངོས་  
པོ་ལ་མ་ཡིན་ཀྱང་། རི་ལྟར་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱེལ་བ་  
ལ་བཞིན་དུ་འདྲིའི་ཡང་ཟུངས་པའི་ཡུལ་ལ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱ་  
གར་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་གི་ཟུངས་པའི་དགོས་པ་ནི་དེའི་  
དྲི་བཟང་ལ་སྟོམས་པ་དང་། བུ་མའི་རྣ་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་  
དང་། དྲི་བཟང་བའི་ཕྱིར་ཆང་ལ་འདེབས་པ་རྣམས་  
ཡིན་པ་ལ། བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་དེའི་དགྲ་  
ཟླའི་རྗེ་གི་ཟུངས་པ་རྣམས་ནི་འོས་པའི་ལས་དེ་རྣམས་  
གང་ཡང་མ་བྱས་པར་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ཞིང་ཟེགས་  
པ་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སྐབས་ནི་ཟུང་ན་འོས་པ་སྟེ། སྟོང་



རྩེ་བ་ཉིད་སྟོན་པའི་ཕྱིར་འདིར་དགག་བྱ་བསྐྱམས་པ།  
 བྱ་མའི་རྣ་བ་ལ་བྱེད་པ། ཆང་ལ་བཏབ་པ་རྣམས།  
 འགོག་བྱེད་མ་སྟོམས་མ་བྱས་མ་བཏབ་ཅེས་པའི་དགག་  
 ཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བཀག་པས་དག་ལྷའི་གནས་སྐབས་  
 རྒྱགས་ཀྱིས་གསལ་བ་ལ་རྣམ་པ་སྟོང་རྩེ་བ་ལྟར་བརྗོད་  
 པས་སྟོང་རྩེས་འགོག་པའོ། །འདིའི་རྒྱ་དཔེར། རྒྱ་ཅ་ཟུ་  
 ངན་གྱི་བྱེདས་ལ་ཡ་ཏ་རྒྱེན་བྱེན་པས་ཤོང་ལོས་ཟུ་ངན་  
 གྱིས་འགོག་པ་ཞེས་བསྟུར་བ་ཡོངས་གྲགས་སུ་གྱུར་  
 ཅིང་། དཔང་རྒྱལ་ཏུ་རལ་སྟེའི་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་ཆོག་ངོ་མ་  
 བསྟུར་ནས་བཤད་པ་ལ་སྟོང་རྩེས་འགོག་པ་ཞེས་འདིར་  
 བཀོད་པ་བཞིན་དུ་འབྱུང་ཞིང་། ཟུ་ངན་ཞེས་པ་སྐད་  
 འོད་ལ་མི་འབྲིག་ཅེས་གསུངས་པ་ཨ་རུ་གྲོ་ཤ་སྟོང་རྩེ་  
 ལ་འཇུག་པས་ཡིན། འདིར་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས་གང་  
 དག་པོ་དེའི་ཉི་དུ་ལ་སོགས་པ་ལ་བསྟོས་ནས་ཟུ་ངན་  
 ཡིན་ལ་ཕྱོགས་སུ་མ་སྟུང་བའི་གཟུ་བོས་ཡིན་ན་སྟོང་རྩེ་

ཡིན་ལ། གཤེད་མའི་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཡིན་ན་ནི་ང་རྒྱལ་ལམ་  
 དྲེགས་པས་འགོག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པའང་སྟོས་  
 ཕྱོགས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཡིན་དུ་ལོས་རུང་ཀྱང་འདྲིར་ནི་  
 གཞུང་མཇུག་པ་པོས་གཞུང་ཇི་ལྟར་སྐྱར་བའི་ཆོག་ཟེན་  
 གྱི་དགོངས་པ་གཙོ་ཆེ་བས་ཤུགས་ལའི་ཡུལ་ཁོ་ན་ལས་  
 གཞན་ལ་སྟོས་མི་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་སྟོང་རྗེ་དངོས་མི་  
 འཇུག་ཀྱང་སྟོང་བཅེ་བ་ལྟར་བཟོད་པ་ཡིན་པར་རྒྱ་  
 འགྲེལ་གཉིས་སུ་གསལ་ཏེ། རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་འགྲེལ་  
 ཆོག་གི་དུམ་བུ་དཔང་རྒྱུ་ན་ཡོད་པ་ལྟར་ཡིན། ངག་  
 དབང་གྲགས་པའི་འགྲེལ་པར་ཡང་བཅེ་བ་དང་བཅས་  
 པ་སྟེ་སྟོང་རྗེ་དང་བཅས་པ་བཞིན་ནོ། །སྟོང་རྗེ་ནི་སྐྱུག་  
 བསྐྱལ་བའི་སེམས་ཅན་ལ་བྱ་ཡི་གཞན་ལ་མ་ཡིན་པས་  
 བཞིན་ཞེས་པའི་སྐྱེའོ། །ཞེས་འབྱུང་བས་འདྲིར་ཡང་རྒྱ་  
 འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

༡༩ འགྱུང་པས་འགོག་པ།

བཅུ་དགུ་པ་འགྱུང་པས་འགོག་པ་ནི།

དོན་ནི་འགའ་ཡང་ཆོགས་མ་བྱས། །

རིག་པ་འགའ་ཡང་མ་བསྐྱབས་ཤིང་། །

དཀའ་ཐུབ་འགའ་ཡང་མ་བསགས་པར། །

ན་ཆོད་མཐའ་དག་སོང་བར་གྱུར། །

དོན་ཏེ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་འགའ་ཡང་མ་བསགས་ཤིང་།

རྟོག་གོ་དང་བརྟུ་སྤྱོད་པ་ལ་སོགས་པ་རིག་པའི་གནས་

སམ་རིག་བྱེད་ཡན་ལག་དང་བཅས་པ་འགའ་ཡང་མ་

བསྐྱབས་པས་མ་ཤེས། དཀའ་ཐུབ་དང་བརྟུ་ལ་ཞུགས་

འགའ་ཡང་མ་སྤྱོད་པའི་ངང་ནས་ན་ཆོད་ཀྱི་རིམ་པ་

མཐའ་དག་སོང་སྟེ་འཆི་བས་གཏུགས་པར་གྱུར་ཏོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདི་ནི་ཆེ་སང་བས། །

དོན་སྐྱབ་པ་སྐྱུ་ལ་འགོག་པ་ནི། །

འགྱུད་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་འགྱུད་པས་འགོག་པ་འོ། །

གང་གི་ཕྱིར་ཆོག་གི་སྐྱུར་བ་འདི་ནི་འགྱུད་པ་དང་  
བཅས་པའི་ཆུན་པོ་འགའ་ཞིག་གི་སྐྱུས་པ་ལྟར་བྱས་པ་  
སྟེ། དོན་ལོར་སྐྱབ་པ་དང་། སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་ལ་  
པ་དང་དཀར་ཕྱུ་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་ལ་བྱ་བར་འོས་པ་གང་  
མ་གྱུ་ལ་ལ་འགྱུད་པའི་སྐྱུ་ལ་དགག་བྱ་ལོར་  
བསགས་པ། རིག་པ་བསྐྱུ་ལ། དཀར་ཕྱུ་སྐྱུ་ལ་  
སྐྱུ་ལ། དགག་ཆོག་ཆོགས་མ་བྱས་མ་བསྐྱུ་ལ་  
བསགས་ཞེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཀག་པས་ན་འགྱུད་པས་

འགོག་པའོ། །འདི་དང་འོག་ནས་འབྱུང་བ་རྒྱ་རྒྱ་གྱི་  
 རང་ཆོན། སྤྲ་ན་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་དཔེར་བརྗོད་  
 གཉིས་ཕྱོགས་འདྲ་བ་ལ་དོགས་པ་མ་ཤར་བས། དཔེར་  
 བརྗོད་བྱེད་པ་པལ་ཆེར་གྱིས་སྒྲིམ་པར་གྱུར་མོད། བྱེད་  
 པར་ནི་འདིར་འགྱུར་པའི་སྒྲིམ་ནས་དགག་བྱ་དགག་ཆོག་  
 གིས་བཀག་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་རྒྱ་རྒྱ་སྐབས་སྒྲིམ་ཆད་  
 བྱས་པ་མེད་པའི་རྒྱ་དངོས་མེད་དེས་འབྲས་བུ་སྤྲུག་  
 བསྐྱལ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་བསྐྱེད་པས་  
 གཏུང་བར་གྱུར་ཅེས་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་ཆོག་རྒྱས་དངོས་སུ་  
 ཐོན་དགོས་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ།

༢༠ ཐེ་ཆོམ་འགོག་པ།

ཉི་ཤུ་པ་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པ་ནི།

ཅི་འདི་སྟོན་གྱི་ཆུ་འཛིན་ནམ། །

ཡང་ན་ངང་པའི་ཚྷགས་སམ་ཅི། །

སྒྲ་ནི་རྒྱང་གདུབ་ཀྱི་འདྲ་བ། །

ཐོས་པས་དེ་ནི་ཁྱ་འཛིན་མིན། །

ཅི་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཁ་དྲོག་དཀར་ཞིང་མཛེས་པ་  
ཅན་འདི་དག་སྟོན་དུས་ཀྱི་ཁྱ་འཛིན་དཀར་པོ་ལང་  
ལོང་དུ་གཡོ་བ་ཡིན་ནམ། འོན་ཏེ་ངང་པ་དཀར་པོའི་  
བྱ་ཚྷགས་འཕྱར་ཞིང་བགྲོད་པ་ཡིན་སྟམ་ཐེ་ཚོམ་ཟ་བ་  
ནི་དགག་བྱའོ། །དེ་འགོག་བྱེད་ལེགས་པར་ཉན་ཅིང་  
བརྟགས་པས་རྒྱང་གདུབ་ཀྱི་སྒྲ་འདྲ་བར་བྱང་ཅུ་བརྒྱད་  
མར་སྒྲོགས་པའི་སྐད་གདངས་ཀྱི་བྱར་ལ་བརྟགས་ན་  
སེལ་སྒྲ་ཅུང་ཟད་དང་བཅས་པ་ཐོས་པས་ཁྱ་འཛིན་མ་  
ཡིན་ཅིང་ངང་པ་ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན་དོ་ཞེས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཆོས་འདི་ངང་པ་ལ་ཡོད་ཅིང་། །

སྤྱིན་གྱི་རིགས་ལ་མ་རེག་པས། །

གང་ཞིག་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིག་བྱེད་པ། །

འདི་ནི་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པའོ། །

གང་གི་ཕྱིར་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་སྤྱི་འདྲ་བར་གྲགས་པའི་  
ཆོས་ངང་པའི་སྐད་གདངས་ལ་ཡོད་ཅིང་སྤྱིན་གྱི་རིགས་  
ལ་མ་རེག་པ་སྟེ་མི་སྤྱིད་པས། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་ལ་  
བརྟེན་ནས་དགག་བྱ་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པའི་ཆོག་གི་སྒྱུར་  
བ་འདི་ལ་ཐེ་ཆོམ་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ། །སྐབས་འདིར་  
སྤྱིར་ཐང་པ་མན་ཆད་གྱི་བོད་འབྲེལ་པ་ལ་ཆེ་བར། སྤྱི་ནི་  
རྒྱུ་གསུམ་གྱི་འདྲ་བ། ཞེས་པའི་དོན་རྒྱུ་གསུམ་  
དངོས་ཀྱི་སྤྱི་ཡིན་པར་བྱས་ནས་དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་རྒྱ་  
གར་བའི་རྒྱལ་པོ་ནམས་ཀྱིས་ངང་པ་བཟུང་སྟེ་ལས་ཀ་

ལ་གསེར་དངུལ་གྱི་རྒྱ་ཁྲི་ལྷན་པ་སྟེ་ཞིང་། དེས་གཞན་  
 གྱིས་འཆོ་བར་མི་རྒྱས་པའི་དབང་གིས་ཆུ་བྱ་རྣམས་  
 འདུ་བས་མཆོ་རྣམས་མཛེས་ཤིང་རང་གི་ཡུལ་འཁོར་  
 ཉམས་དགའ་བར་བྱེད་པར་གྲགས་ཞེས་འཆད་པ་ནི་མི་  
 འཐད་ཏེ། གཞུང་དུ་རྒྱ་ཁྲི་ལྷན་པ་སྟེ་སྤྱི་འདུ་བ་ཅེས་འདུ་  
 བའི་སྤྱི་འདུ་དངོས་མ་ཡིན་པར་གྲུབ་ཅིང་། འཆི་མེད་  
 མཛོད་གྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོར། རྒྱ་ཁྲི་ལྷན་པ་སྟེ་ཞིང་  
 ལ་ཏྲི་ས་ཀའི་སྟེ་ངང་པ་ལྷན་པ་ཞེས་བཤད་པའང་ངང་  
 བའི་སྤྱི་འདུ་བ་རྒྱ་ཁྲི་ལྷན་པ་ཡོད་པའི་དོན་ཡིན་གྱི།  
 རྒྱ་ཁྲི་ལྷན་པ་ཉིད་ངང་པ་ལ་ལྷན་པའི་དོན་མིན། གལ་ཏེ་  
 ཡིན་དུ་ཆུག་ཀྱང་སྤྱི་འདུ་འདིའི་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་སྤྱི་  
 དོད་དེ་མེད་ཅིང་། རྒྱ་ལྷན་པ་ཅེས་འབྱུང་བ་རྒྱ་ལག་གི་  
 ཆོག་མཆོམས་རྣམས་ཤ་དམན་ཅིང་སྤྱི་འདུ་བས་དེར་  
 བཀོན་ནས་གང་བར་བྱེད་པའི་སྤྱིར། རྒྱ་དམན་པ། ལྷན་པ་  
 གང་བ་སྟེ་དམན་པ་གང་བ་ཞེས་པ་རྒྱ་ཁྲི་ལྷན་པ་ཁོ་ནའི་



མིང་ཡིན་གྱི། ངང་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་མེད་ཀྱང་  
 ཀྱང་གདུབ་གྱི་སྒྲ་འདྲ་བ་ངང་པའི་སྐད་ལ་ཡོད་པས། སྒྲ་  
 བེ་ཀྱང་གདུབ་གྱི་འདྲ་བ། །ཞེས་གསུངས་པ། དོན་ངང་  
 པའི་སྐད་ཐོས་པས་དེ་སྤྱིན་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར་ངང་པ་  
 ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། བོད་གྱི་རྟོག་  
 བཟོས་མ་བསྐྱད་པ་མཁས་འཇུག་དང་། དཔང་རྒྱུ་  
 དང་། གུང་ཐང་པ་བདེ་བའི་སྒྲ་གྲོས་གྱི་འབྲེལ་པ་ནའང་  
 འདི་བཞིན་དུ་བཤད་དོ། །རྒྱ་བལ་གྱི་ཡུལ་དུ་བཟུང་བའི་  
 དོན་དུ་འཚོ་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ཉི་མ་རྣམས་ལ་ནི་ཀྱང་  
 གདུབ་མེད་པར་མ་ཟད་རྒྱང་རིང་པོར་འཕྱར་ནས་འགོ་  
 བའི་གཤོག་རྩལ་ཅན་མིན་པས་སྤྱིན་དང་སྦྱོར་བ་མི་  
 འབྲེལ་ཞིང་། བདག་ཏུ་མ་བཟུང་བའི་ངང་པ་ལ་ལྷང་  
 དང་ལས་ཀ་སྤྱིན་པ་སོགས་གྱི་གཏམ་མ་ཐོས་ཤིང་། མ་  
 མཐོང་བ་ན་མེད་པ་མིན་པའི་དཔེས། རྒྱ་གར་བའི་པར་  
 ཏ་ངོ་མའི་གསུང་རྒྱན་མ་ཡིན་པའི་ཁ་ཚོན་ཅི་ལ་ཚོད་

ཀྱང་འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོ་དང་གཞུང་འདིའི་རྒྱ་འགྲེལ་  
 གཉིས་ཀ་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་པས། འདིའི་སྐབས་  
 དོན་དངོས་ནི་ངང་པའི་སྐད་ལ་རྐང་གཏུབ་ཀྱི་སྒྲ་འདྲ་  
 བ་ཞེས་སྒྲིམ་པ་ཡིན་པར་ངེས་པ་རྟེན་ཅེས་པར་ཆ་ཆེན་སྒྲ་  
 མའི་གསུང་ལས་ཐོས་སོ། །གཞན་ཡང་རིན་སྐྱབས་ས་  
 སྦྱོང་དབང་པོས། གསྒྲའི་ཡབ་གཅིག་ཏེ་སེ་ཆས་སམ་  
 ཅི། །དབྱངས་བདུན་ཇོགས་པའི་རྒྱད་མངས་སྐྱར་ལེན་  
 པས། །རྒྱལ་རྣམས་དགྲེས་པའི་རོལ་མོ་པར་ངེས་  
 པ། །ཡུལ་འཁོར་སྐྱབ་གིས་སྤྱོད་འདིར་དག་ལེགས་  
 མཛོད། །ཅེས་སྐྱར་བ་ལྟ་བུའོ། །

༢༡ སྐྱར་བའི་འགོག་པ།

ཉེར་གཅིག་པ་སྐྱར་བའི་འགོག་པ་ནི།

བདུད་ཅིའི་བདག་ཉིད་པར་ལ། །

སྤང་ཞིང་སྦྱུང་པའི་རྩ་ར་ག།

ཁྱོད་གདོང་སྒྲ་བ་འདི་ཡོད་བཞིན། །

སྒྲ་བ་གཞན་གྱི་ཅི་ཞིག་བྱ། །

འདིར་ཁྱད་གཞི་ཐ་དད་པ་གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་སྒྲ་བ་  
དང་ཕལ་པ་གདོང་གི་སྒྲ་བ་གཉིས་མཚུངས་པའི་ཆོས་  
སྦྱར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་མཛེས་མའི་གདོང་ནི་བཟླས་པ་ཅམ་  
གྱིས་སེམ་པ་དང་དགའ་བར་བྱེད་པས་དང་། སྒྲ་བ་ནི་  
བསེལ་བེར་ལྷན་པ་བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་  
པས་གཉིས་ཀ་ཡང་བདུད་ཅིའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་  
གྲགས་ཤིང་། གདོང་གི་མཛེས་པས་པདྨའི་མཛེས་པ་ལ་  
འབྲན་པས་སྤང་བ་དང་། སྒྲ་བས་པདྨ་བྱམ་པར་བྱེད་  
པས་སྤང་བའོ། །རྩ་ར་ཀུ་ཞེས་པ་སྒྲ་གཅིག་གིས་ཕྱོགས་  
གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་སྟེ་གདོང་གི་སྒྲ་བས་སུ་མིག་  
འབྲས་ལ་འཇུག་སྒྲ་བའི་སྒྲ་བས་སུ་རྒྱ་སྒྲར་ལ་འཇུག་པས་

ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤར། མིག་གི་བྱ་ཚུང་རྒྱལ་མོའོ། །ཞེས་དང་།  
 དེ་ཐད་གྱི་འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར། ཏཱ་ར་ཀཱ་རྒྱལ་མོ་སྟེ་  
 སྐར་མ་ལའང་སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་  
 རོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་ལ་སྐར་འབྲས་ཅན་ཞེས་སྤར་  
 བསྐྱར་བ་ཉན་ཐོས་ལྟར་རྒྱ་སྐད་གཅིག་ལ་བོད་སྐད་  
 གཉིས་མཛད་པ་ཡིན་ཅེས་སྟོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བཤད་ཀྱང་། འདིར་སྐྱ་སྐྱར་ཞིག་པའི་སྟོན་འབྱུང་བས་  
 རྒྱ་སྐད་ཉིད་རང་སོར་བཞག་པ་ལེགས་པར་བཞེད།  
 དེས་ན་དེ་གསུམ་ཀ་ཡང་སྐྱ་སྐྱར་བ་ཡིན་ཅེས་དཔང་  
 གྲིཀ་དུ་བཤད་ནའང་སྤར་མ་གཉིས་དོན་སྐྱར་བར་འགྱུར་  
 ཞིང་། མཚུངས་ཆོས་དེ་གསུམ་གྱི་སྟོན་སྟངས་ཁྱོད་གདོང་ཟླ་  
 བ་ཞེས་གདོང་ཟླ་བའི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས། དེ་ལྟ་  
 བུའི་གདོང་གི་ཟླ་བ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་འདི་ཡོད་  
 བཞིན་དུ་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཟླ་བ་བར་སྤང་ལ་ཡོད་པ་  
 འདིས་ཅི་བྱ་སྟེ་དགོས་པ་མེད་དོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཕལ་པའི་ལྷ་བ་ལ་བརྟེན་པ། །

དེ་མཚུངས་ཡོན་ཏན་བསྟན་བྱས་ནས། །

གཙོ་བོའི་ལྷ་བ་འགོག་བྱེད་པ། །

ནམ་པ་དེ་ལྟར་སྐྱར་བས་འགོག།

རྟེན་ཕལ་པའི་ལྷ་བ་ལ་བརྟེན་པའམ་ཡོད་ཅིང་འཇུག་  
པ་གཙོ་བོ་ནམ་མཁའི་ལྷ་བ་དང་ཆོས་མཚུངས་པའི་  
ཡོན་ཏན་གསུམ་བསྟན་པར་བྱས་ནས་དགག་བྱ་གཙོ་  
བོའི་ལྷ་བ། འགོག་བྱེད་ཕལ་པ་གདོང་གི་ལྷ་བས་བཀག་  
པའི་ཆོག་གི་སྐྱར་བ་ཆོས་མཚུངས་སྐྱར་བའི་སྒོ་ནས་  
བརྗོད་པ་འདི་ལ་སྐྱར་བའི་འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ།

༢༢ རོན་གཞན་འགོག་པ།

ཉེར་གཉིས་པ་དོན་གཞན་འགོག་པ་ནི།

ཐམས་ཅད་མནན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། །

ནམ་གཞོན་ཆོས་པ་མེད་པ་མཆར། །

ཡང་ན་བསྐྱེད་བྱ་འབར་བ་ལ། །

ཆོས་པ་དག་ནི་ནམ་ཞིག་མཐོང་། །

རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་དཔའ་བ་ལ་སོགས་  
པས་གཞན་སྤེལ་རྒྱལ་ཕྱན་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱིས་མནན་  
ཟེན་ཡང་། ད་དུང་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་བྱ་སྤྱད་ན་དེ་ཡང་  
གཞོན་པར་འགྱུར་བའི་ནམ་གཞོན་ཆོས་པ་མེད་པ་འདི་  
ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་ངོ་མཆར་རོ་སྟམ་པ་དགག་བྱ། འགོག་བྱེད་  
ཡང་ན་མཆར་བ་ཅི་ཡོད་དེ་བསྐྱེད་བྱ་བ་མེ་འབར་བ་  
ལ་ཆོས་པ་ནམ་ཞིག་མཐོང་སྟེ་ནམ་ཡང་མ་མཐོང་བས་  
བྱེད་ཤིང་ཇི་ཙམ་བསྐྱེད་པ་དེ་ཙམ་དུ་འབར་བས་སོ།།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་དོན་གཞན་དག།

དེ་ཡི་ཆོས་མཚུངས་བསྟན་བྱས་ནས།

ཡ་མཚན་རྩེ་མ་པ་འགོག་བྱེད་པ།

འདི་ནི་དོན་གཞན་འགོག་པའོ།

གང་གི་ཕྱིར་ཆོག་གི་སྒྱུར་བ་འདིར་ནི་དོན་གཞན་མེ་  
འབར་བ་ལ་རྣམ་པར་གཞོན་པ་དེའི་ཆོས་མཚུངས་པ་  
བསྟན་ནས་འགོག་བྱེད་དེས་དགག་བྱ་ཡ་མཚན་གྱི་  
སྐབས་སམ། རྩེ་མ་པ་འགོག་པ་ནི་དགག་བྱ་དང་འདྲ་  
བའི་དོན་གཞན་གྱིས་འགོག་པའི་ཕྱིར་དོན་གཞན་  
འགོག་པ་ཞེས་བྱའོ།

འདྲ་བྱས་འགོག་པ།

ཉེར་གསུམ་རྒྱུ་འགོག་པ་ནི།

སྦྱོན་པ་པོ་ཞེས་ནམ་ཡང་ནི། །

མི་དབང་ཁྱོད་ལ་མི་བསྟོད་དེ། །

གང་ཕྱིར་སྟོང་བས་ཁྱོད་ཀྱི་ཞོར། །

རང་གི་ཉིད་དུ་བསམས་ནས་ལེན། །

ཀྱི་མའི་དབང་པོ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་དུས་རྟག་པར་  
གཏན་པ་མེད་པའི་མཆོད་སྦྱོན་གྱིས་སྟོང་བ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་རེ་བ་བསྐྱངས་བར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཡང་། དེ་རྣམས་  
གྱིས་འདི་ནི་བདག་ཅག་རྣམས་སྦྱོན་པས་དུས་རྟག་དུ་  
ཆོས་པར་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞོ་ཅེས་ནམ་ཡང་མའི་དབང་  
ཕྱག་ཁྱོད་ལ་མི་བསྟོད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཞོར་  
ནི་སྦྱོན་པ་ཁོ་ནར་གཏོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྟོང་བ་པོ་



ནམས་ཀྱིས་རང་གི་ཞོར་ཉིད་དུ་བསམས་ནས་ལེན་པའི་  
ཕྱིར་རོ།

སྐབས་འདིར་དཔང་ལ་ཆེན་པོ་དང་བོད་མཁས་པ་  
གཉིས་ཀྱིས། མི་དབང་བྱོད་ལ་མ་བསྟོད་ཅེས་འདས་  
ཆོག་སྐྱུར་ནས་ཆེད་དུ་བཀྲལ་ཞིང་། བོད་མཁས་པས་  
དོན་རྒྱན་དོགས་གཅོད་དུ་མི་བསྟོད་ཅེས་པ་ཅུང་ཟད་  
མ་དག་ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། འདིའི་རྒྱ་དཔེར་ཉིད་  
མཐའི་བདག་དོན་གྱི་སྒྲིམ་བུ་དབུས་མའི་གཉིས་ཆོག་  
མཐས། མེ་རུ་བསྐྱུར་བའི་རྒྱུ་གསལ་བར་ཡོད་པས་དེ་  
ནི་ད་ལྟར་བ་ཡིན་གྱི་འདས་ཆོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མི་  
བསྟོད་ཅེས་འདོན་པ་ལེགས་པར་བཞེད་དོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་ལ་སོགས་འགོག་པ་ནི། །

རྒྱལ་འགོག་པ་ཞེས་བཤད་པ་སྟེ།

བཤད་ཟིན་དེ་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སྐྱེས་པ་ནི་རྒྱ་  
བཀོད་པས་འགོག་པའི་ཕྱིར་རྒྱལ་འགོག་པ་ཞེས་མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། ཁོང་གི་འགོག་རྒྱུ་དྲག་པ།  
ཁྱེད་ཀྱི་མིག་དག་དམར་གྱུར་ཅིང་། སྐྱེས་ཀྱི་རྒྱ་འགོག་  
དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འགོག་རྒྱུ་དྲག་པ་ལ་རྒྱ་  
དགག་བྱར་བྱས་ལ། འདིར་ནི་དགག་བྱ་རྒྱལ་པོ་ལ་  
བསྟོད་པ། འགོག་བྱེད་སྟོང་བ་པོས་རང་གི་མོར་ཡིན་  
པར་བསམ་པའི་རྒྱལ་འགོག་པ་ལ་མི་བསྟོད་ཅེས་དགག་  
ཆོག་དང་བཅས་ཏེ་སྟོས་པས་རྒྱལ་འགོག་པ་ཞེས་བྱེད་  
ཆོག་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མིང་དོན་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་  
ཁྱད་པར་ཆེ་བར་ཡོད་དོ།

མ་བཤད་པ་དཔག་པར་རྒྱས་པ་གཞན་བསྟན་པ།

གསུམ་པ་མ་བཤད་པ་དཔག་པར་རྒྱས་པ་ནི།

ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག།

གཞན་པ་དག་ཀྱང་དཔག་པར་བྱས།།

དེ་ལྟར་བཤད་ཟེན་པའི་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་  
མཚོན་ནས་འགོག་པའི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་  
པ་གཞན་མ་བཤད་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གི་གོམས་པའི་  
མཐུས་དཔག་པར་བྱས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་མཚོན་པའི་  
ཕྱིར། སློབ་དཔོན་རལ་རྩེའི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་དཔེར་བརྗོད་  
འགའ་ཞིག་འབྱུང་བ་ལས། དང་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་གི་  
འགོག་པ་ནི། སུ་ཞིག་བྱད་མེད་མཚོག་འདི་རྣམས། འདི་  
ན་ཅི་ཕྱིར་མཐོང་བར་འགྱུར། །མཐོ་རིས་འཇིག་རྟེན་ལ་  
བརྟེན་པར། །འདི་རྣམས་མིག་མི་འཇུག་པར་ཤེས། །ཞེས་  
དང་། དེས་པ་འགོག་པའི་དཔེར་བརྗོད་དུ། སློ་ཡིས་  
བཅོས་པའི་བྱད་མེད་རྣམས། །ཕྱོགས་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཀྱིས་  
འདི་ལྟར། །ལྟ་ཡི་བྱ་མོར་འགའ་ཞིག་གིས། །ལྟ་བ་གང་

བྱིར་དེ་ཙམ་ཉིད། །ཅེས་དང་། རབ་ཏུ་དྲངས་པ་འགོག་  
 པའི་དཔེར་བཞིན་དུ། རྒྱུ་གིས་ཀྱང་ནི་ལྷན་སྤྱོད་  
 དང་། །ཡང་དག་འགྲོགས་པར་རབ་དྲངས་མིན། །གང་  
 ཉིད་རལ་གྱི་རྩལ་པ་སྟེ། །འདི་ལས་མཆོག་གང་ཅི་ཞིག་  
 འཕྲོག། །ཅེས་པ་སྟེ་ཆོགས་བཅད་དང་པོར་མི་མོ་ལ་སྟེ་  
 མོར་སྒྲུབ་ཅིང་སྒྲུབ་བྱེད་མིག་མི་འཇུག་པ་བཀོད་པས།  
 འདོད་པས་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་ཚུལ་ལ་དེ་ལྟར་ཡང་དངོས་  
 གནས་ལ་བྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་འགྱུར་བའི་བྱིར། ལྟེན་བྱུང་  
 མེད་མཆོག་དེ་རྣམས་འདིར་ཅིའི་བྱིར་མཐོང་ཞེས་  
 བཀའ་པས་བྱིན་ཅི་ལོག་གི་འགོག་པ་དང་། ཆོགས་  
 བཅད་གཉིས་པ། དེ་འདོད་པས་སྒྲུབ་པ་ལ་སྒྲུབ་ཚུལ་ཅི་  
 ཡང་འབྱུང་བས་མ་ངེས་པར་བཞིན་པའི་བྱིར་ངེས་པ་  
 འགོག་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་གསུམ་པ་དེ། བྱུང་མེད་ནི་  
 རལ་གྱི་རྩལ་མོ་དང་འདྲ་བས་དེ་དང་འགྲོགས་པ་ལ་

རབ་ཏུ་དྲངས་བ་སྟེ་དགའ་བར་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་རབ་  
དྲངས་དགག་བྱ་ཡིན་པས་རབ་དྲངས་འགོག་པའོ། །

དོན་རྒྱན་བདུན་པ། དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན།  
བདུན་པ་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་  
ཉིད་སྒྱུར་བཤད། དབྱེ་བ་མིང་གིས་བསྟན། སྒྱུར་བ་  
དཔེས་མཚན་པའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བཤད་པ་  
ནི།

གང་ཞིག་དངོས་འགའ་རབ་བཀོད་ནས། །

དེ་ཡི་སྒྱུབ་བྱེད་རྣམས་པ་ཅན། །

དངོས་པོ་གཞན་དག་འགོད་པ་དེ། །

དོན་གཞན་བཀོད་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ཆོག་སྒྱུར་གང་དུ་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་  
 འགའ་ཞིག་སྒྲོན་ལ་རབ་ཏུ་བཀོད་ཅིང་བརྗོད་པ་དེ་  
 དམ་བཅའ་ལྟར་བྱས་ནས། དེའི་སྒྱུབ་བྱེད་ནུས་པ་ཅན་  
 གྱི་དངོས་པོ་གཞན་ཞིག་སྒྱེ་ལ་བྱབ་པར་སྒྲོན་པ་ལྟ་བུའི་  
 ཚུལ་གྱིས་སྒྲ་མ་བསྒྱུབ་བྱ་ལས་རྒྱ་ཆེ་བར་བཀོད་པའི་  
 ཆོག་སྒྱུར་དེ་ནི་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་རྒྱན་དུ་ཤེས་  
 ཤིང་རྟོགས་པར་བྱའོ། །འོ་ན་འདི་དང་ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་  
 དཔེ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཅི་ཡོད་དེ་གཉིས་ཀ་ལའང་  
 དོན་གཞན་འགོད་པར་བྱེད་པས་སོ་ཞེ་ན་བྱད་པར་  
 ཡོད་དེ། ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེ་ལ་ནི་འདྲ་བའི་དོན་  
 གཞན་ཅམ་བཀོད་གྱི་སྒྱུབ་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་ནི་བཀོད་པའི་དོན་དེ་དང་འདྲ་ལས་མི་འདྲ་ཡང་  
 རུང་སྒྱུབ་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་ཁོ་ན་འགོད་དགོས་པའི་བྱད་  
 པར་ཡོད་དོ།

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་མིང་གིས་བསྟན་པ་ནི།

ཀུན་བྱུང་བྱུང་པར་ལ་གནས་དང་། །

སྐྱུར་བ་ཅན་དང་འགལ་བ་ཅན། །

མི་འོས་བྱེད་དང་འོས་པའི་བདག །

འོས་དང་མི་འོས་བསྐྱོག་པའོ། །

འདི་ཡི་དབྱེ་བ་དེ་ལྟར་སྟགས། །

སྐྱུར་བ་ནམས་ལ་རབ་ཏུ་མཚོན། །

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྲོད་པས་ཀུན་བྱུང་དང་། བྱུང་  
པར་འགའ་ཞིག་ཁོ་ན་ལ་གནས་པ་དང་། སྐྱུ་གཅིག་ཉིད་  
དོན་ཐ་དད་པ་ལ་སྐྱུར་བའམ་འབྲེལ་བ་ཅན་དང་། ཡན་  
ཚུན་འགལ་བ་ཅན་དང་། དོན་དེ་བྱ་བར་མི་འོས་པ་  
བྱེད་པ་དང་། དེ་ལས་སྐྱོག་པ་འོས་པའི་བདག་ཉིད་

དང་། ཆ་གཅིག་ནས་འོས་ཤིང་གཅིག་ནས་མི་འོས་པ་  
ཡང་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལས་བསྐྱོད་པ་མི་འོས་ཤིང་འོས་  
པ་སྟེ་རེ་ཞིག་བརྒྱད་དོ། །དོན་གཞན་བཀོད་པ་དང་  
འབྲེལ་བ་འདིའི་དབྱེ་བ་བརྒྱད་པོ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་  
ནི་སྦྱོར་བ་སྟན་ངག་རྣམས་ལ་རབ་ཏུ་མཚོན་ཅིང་  
མཐོང་དོ། །

གསུམ་པ་སྦྱོར་བ་དཔེས་མཚོན་པ་ནི།

འདི་རྣམས་རང་བཞིན་གསལ་བའི་བྱིར། །

དཔེར་བརྗོད་སྤང་བ་བསྟན་པར་བྱ། །

དེ་ལྟར་མིང་གི་དབྱེ་བས་བྱེ་བ་དེ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་  
གསལ་བར་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་བྱིར་སོ་སོའི་དཔེར་  
བརྗོད་པ་སྤང་བ་བཞིན་དུ་རིམ་པ་ལྟར་བསྟན་པར་  
བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅས་ནས་དཔེར་བརྗོད་པ་དངོས་ཀྱི།



༡ ཀུན་ཁྱབ་གྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

དང་པོ་ཀུན་ཁྱབ་གྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ལེགས་ལྡན་འགོ་བ་རྣམས་གྱི་མིག་།

ཉི་མ་དང་ནི་ཟླ་བ་ཡང་། །

རྒྱབ་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ལ་སྟོས། །

ངེས་པ་ལ་ནི་སྐྱེ་ཡིས་འགོད་། །

ལེགས་ལྡན་ཡོན་ཏན་གྱི་ཕུང་པོ་འགོ་བ་རྣམས་གྱི་མིག་

སྟེ་གསལ་བར་བྱེད་པ་པོ་འདི་ལྟར་མཐུ་ཆེ་ཞིང་རྒྱས་

སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ཉི་མ་དང་ཟླ་བ་དང་དག་ཀྱང་རྒྱབ་

པ་ལ་སྟོས་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོ་འགའ་ཞིག་བཀོད་པ་སྟེ་

བསྐྱབ་བྱ། ཡང་གི་སྒྲ་ནི་དངོས་པོ་གཞན་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཞེས་

སྟོན་པའོ། །དེའི་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱས་པ་ཅན་བརྟན་གཡོ་

འདུས་བྱས་གྱི་དངོས་པོ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པ་ནི་ཉི་མ་དང་ཟླ་

བ་དེ་དག་རྒྱལ་པ་ལ་མཆོར་བ་ཅི་ཡང་མེད་དེ་སྐྱེ་བ་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་འཇིག་པའི་མཐའ་ཅན་ནོ་ཞེས་པའི་  
 དེས་པ་ལ་སྤྲུལ་ཡིས་འགོང་། དེ་སྤྲུམ་ཀྱང་འདྲའ་བར་མི་  
 རྒྱས་པ་སྟེ། དེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དངོས་པོ་རྣམས་དེ་  
 ལས་མི་འདྲའ་བར་གནས་པའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་གར་མཁས་  
 པ་ཚད་མའི་གཞུང་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟར་བར་  
 ས་པ་རྒྱེ་ཏ་དང་ཤོང་དཔང་སོགས་མཁས་མཆོག་རྣམས་  
 གྱིས་ལེགས་པར་བསྒྱུར་བཤད་མཛད་པ་ལ་ལོ་རྒྱུ་བའི་  
 འགྱུར་འཁྲུག་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྱུར་བ་བཏབ་ནས།  
 གཞུང་ཆོག་རང་སྒྲོར་གང་བདེའི་རྗེས་སུ་དགྲགས་པར་  
 བྱེད་པ་ནི་རང་ལ་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡང་མེད་པར་སྒྲུན་པོའི་  
 ཆོགས་མགོ་བསྒློར་བ་ཅུ་སྟེ། གཞུང་ཆོག་སྤྲུལ་པོ་རྗེ་བ་  
 པོའི་ཐོག་མ་གྲུང་ཐང་བདེ་སྒྲོ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་ཁུངས་  
 དང་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡང་མ་བཤད་པར་མ་ཟད། ཁོང་གི་  
 དཀའ་འབྲེལ་མཛད་པའི་མཇུག་ཏུ་འབྲེལ་པ་ལ་བརྟེན་

དུ་མེད་ཅིང་སྒོ་མཐུ་ཆུང་བས་གཞུང་གི་དོན་ལོག་པར་  
 བཤད་པ་སྤང་ནའང་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་པར་  
 རིགས་སོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཀྱང་། པཌ་ཆེན་སྒྲིབ་སྤྱོད་  
 མ་དཔྱད་པར། དེས་པ་ལ་ནི་སྤྱི་ཡིས་འགོད་། ལེགས་  
 ལུན་འགོ་བ་རྣམས་ཀྱི་མིག་ཉི་མ་དང་ནི་ཟླ་བ་  
 ཡང་། རྒྱབ་པར་གྱུར་པ་ཉིད་ལ་སྟོས། ཞེས་བཀོད་པའི་  
 རིམ་པ་ལྟར་འགྲེལ་ཞིང་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་གོ་ཚྭ་  
 པར་མཛད་པའི་རྗེས་སྤྱི་འགའ་ཞིག་འབྲངས་ནས་  
 གཞན་ལ་མེད་པའི་ལེགས་བཤད་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་  
 སྒྲིགས་པ་ནི་ལོག་པར་བཤད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། ཤོང་འགྱུར་  
 ལས་འབྱུང་བའི་རིམ་པ་དང་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེའི་གོ་  
 རིམ་མཐུན་པར་ཡོད་པ་མངོན་སུམ་འདི་བཞིན་མ་  
 མཐོང་བར་བྱངས་མེད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་  
 བྱེད་གོ་བརྗེས་པ་ཞིག་རྟོད་པ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། མཐོང་  
 བར་བྱ་བ་མི་མཐོང་བ། ཁ་མཐོང་བ་ལ་མཐོང་ཞེས་

ཟེར། །རེ་ལྷེ་ཅན་གྱིས་སྤྱེལ་མཐོང་། །འབྲས་ཆན་འོག་གི་  
 ཆོད་མ་མེན། །ཅེས་པ་ལྟར་གྱུར་པས་གཞུང་ཇི་ལྟར་  
 འབྲུགས་པ་ཡིན་ཅེས་ངེས་ན་དོན་དང་མཐུན་པའི་ལན་  
 གྱིས་དབེན་པ་ཞིག་གོ། །གཞན་ཡང་གཞུང་གིས་དངོས་  
 བཟུན་དཔེར་བརྗོད་སོ་སོའི་མིང་འདོགས་ཀྱང་སྐྱབ་  
 བྱེད་ལ་བཏེན་ནས་བཏགས་པར་འོག་མ་རྣམས་གྱིས་  
 ཤེས་པར་འགྱུར་བ་ལ། བྱེད་ཀྱི་ལྟར་ན་ཡང་ན་བསྐྱབ་བྱ་  
 ལ་བཏེན་ནས་བཏགས་པའམ། ཡང་ན་ཀུན་བྱབ་མ་  
 ཡིན་པ་དང་། བསྐྱབ་བྱ་རྒྱ་ཆེ་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱ་ཆུང་བས་  
 འོག་མ་རྣམས་དང་མི་མཐུན་པར་འགྱུར་བས་ཀྱང་  
 གཞོད་དོ། །དེས་ན་གཞུང་དོན་དངོས་སྤར་བཤད་ཟེན་  
 པ་ལྟར་ཡིན་པས། རང་གི་སྤྱི་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་འདི་ལྟར་  
 འབྱུང་སྟེ། ལེགས་སྤར་ཏེ་ཡོན་ཏན་གྱི་ཕུང་པོ་ཅན་རབ་  
 ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་འགོ་བ་རྣམས་གྱི་མིག་ནི་  
 མ་དང་ཟླ་བ་དག་ཀྱང་ནམ་ཞིག་དངོས་པོ་གཞན་དུ་

གྱུར་ཏེ་འཆར་བ་ལས་ཕྱོག་པའི་རྒྱལ་ཅིང་མེད་པར་  
 འགྲོ་བ་ཉིད་དེ། ཡང་དེ་ཉིད་དུ་གནས་པ་ནི་མ་ཡིན་  
 བོ། །ཉོས་ཤིག་ཅེས་བསྐྱབ་བྱ་སྤར་བཀོད། ཅིའི་ཕྱིར་འདི་  
 ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དངོས་པོ་རྣམས་འགའ་ཞིག་རྣམ་པར་  
 བཞག་ཅིང་དར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཟད་ཅིང་ཆུད་  
 འཇོའ་བར་ངེས་པ་སྟེ་དངོས་པོ་སུ་ཞིག་གིས་ངེས་པ་དེ་  
 ལས་འགོང་སྟེ་འགོངས་པར་མི་རྒྱས་སོ། །འདིར་དངོས་  
 པོར་བརྗོད་པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པ་འགྱུར་བ་དེའི་ཕྱིར་  
 ཅེས་སྐྱབ་བྱེད་དང་། ཡང་ཉི་ཟླ་དག་ཀྱང་དེ་ལྟར་གྱུར་  
 པ་ལ་མཆར་དུ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་དངོས་པོ་བཀོད་པ་  
 སྐྱབ་པའོ། །འདི་ནི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ལྟར་བྱལ་  
 པའི་ཕྱིར་ཀུན་བྱལ་གྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཉིད་ཚད་མར་གྱུར་པའོ། །

༢ བྱད་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

གཉིས་པ་བྱུང་པར་ལ་གནས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་  
ནི།

ཟུ་འཇོན་འདི་དག་ལྷས་ཅན་གྱི།

ཡོངས་སུ་གདུང་བ་འཕྲོག་པར་བྱེད།

ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བདག་ཐོབ་གྲགས།

གཞན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་སྦྱང་དུ་འོ།

ཟུ་འཇོན་སྤྱོད་འདི་རྣམས་ནི་ལྷས་ཅན་བརྟན་པ་དང་  
གཡོ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་གདུང་བ་འཕྲོག་ཅིང་ཞི་  
བར་བྱེད་དོ་ཞེས་དམ་བཅའ་བའམ་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱོད་  
བཀོད་ནས། དེ་སྐྱུབ་བྱེད་སྤྱོད་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི་རང་  
དོན་ལ་མ་ལྟོས་པར་གཞན་འདྲིས་པ་དང་མ་འདྲིས་  
པའི་འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཆེད་  
དུ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱས་ཤིང་

རང་གི་ཐོབ་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་དེ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཚོས་ཉིད་ཀྱང་ལན་དང་རེ་བ་ལ་མི་སྟོས་པར་གཞན་ལ་  
 སན་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །འདྲིར་ཆེན་པོ་རྣམས་  
 ཞེས་པ་བརྟན་གཡོ་གཉིས་ཀའི་སྟོགས་ལ་འཇུག་པས་དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་ནང་ཚན་གཞན་ལས་བྱེད་པར་དུ་འཕགས་པ་  
 བྱེད་ཚོས་ཀྱན་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་སྟེ། བརྟན་  
 པ་སྟོང་གི་བྱེ་བྲག་ས་དང་ཉི་ཟླ་ནོར་བུ་སྟོན་དང་དཔག་  
 བསམ་གྱི་ཤིང་སོགས་དང་། གཡོ་བ་བཅུད་ཀྱི་ནང་ཚན་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཏེ་དེ་ཀྱན་གྱི་སྟེ་མིང་དུ་ཆེན་  
 པོ་རྣམས་ཞེས་པ་བཟུང་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་  
 ཉིད་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྲགས་པ་དེ། གཞན་  
 གྱི་སྟུག་བསྐལ་ཞི་བའི་སྦང་དུ་འཇུག། གཞན་གྱི་དོན་དུ་  
 ཐོབ་པ་ཡིན་ཅེས་སྐྱབ་བྱེད་རྒྱ་ཆེ་བར་བཀོད་པས་  
 བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་གྱིས་ལུས་ཅན་གྱི་གདུང་བ་སེལ་བ་ཞར་  
 གྱིས་འགྲུབ་པ་སྟེ། གཙུག་ན་ནོར་བུའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་

ཕའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། དེ་སྐད་བཟོད་ནས་མི་བདག་  
 གིས། །པད་ལྷན་སྤྲུལ་བཅས་དེ་ལ་བྱེན། །སེམས་དཔའ་  
 ཚུལ་ལྷན་བདག་ཉིད་རྣམས། །རང་སྟོག་ལ་ཡང་ཆགས་  
 མེད་གཏོང་། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ལ་ཡང་  
 གཞུང་ཆོག་རྒྱུ་པ་བྱེད་སྤྱོད་གཉིས་གོ་བསྟོལ་ནས་  
 བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་བཞེ་བའི་འཆད་ཚུལ་འདུག་པ་དེ་  
 མི་ལེགས་པར་སྤར་བཤད་པས་ཤེས་པར་བྱས་ཤིང་། རྒྱ་  
 འགྲེལ་ལས་འདི་ལྟར་འབྱུང་ངོ་། །རྒྱ་འཛོན་ཏེ་སྤྱོན་འདི་  
 རྣམས་བརྟན་པ་དང་གཡོ་བའི་ལུས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
 ཡོངས་སུ་གཏུང་བའི་ཚད་པ་ཞི་ཞིང་འཕྲོག་པར་བྱེད་  
 ཏོ། །ཅི་དེ་རྣམས་ལ་འདིས་ཅུང་ཟད་དངོས་སུ་ཕན་པར་  
 མི་བྱེད་ན་ཅིའི་བྱེད་དེ་ལྟར་བཟོད་ཅེ་ན། ཕྱན་ཆོགས་  
 རྣམས་ཀྱི་མ་ཡིན་པས་ཆེན་པོ་རྣམས་བདག་ཉིད་ལེགས་  
 པར་མི་སེམས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེད་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བདག་  
 ཉིད་ཐོབ་པས་གཞན་འདྲིས་པ་དང་མ་འདྲིས་པ་ཐམས་



ཅད་ཀྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཀྱི་གདུང་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་  
 བའི་ཕྱིར་ཉེ་ངེས་པར་འཇུག་པའི་དོན་དོ། །ཆེན་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་ནི་འདི་ཉིད་དེ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དེ་  
 རྣམས་ཀྱི་ལོ། །གལ་ཉེ་རང་དོན་དང་འགྲོ་བ་གཞན་དོན་  
 ཀྱི་ཁྱད་པར་གཞན་ཡང་དེ་ལྟར་ཉིད་དོ། །དེས་ན་སྤྱི་  
 གྱིས་མངོན་དུ་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་མ་སྟོས་  
 པར་གཞན་ཀྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་བསྒྲུབས་  
 སོ། །འདི་ནི་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལ་གནས་པ་  
 ཉིད་དེ་ཀུན་ལ་ཁྱབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་  
 ན་རྒྱུ་ལྷན་གྲགས་པ་ལ་འཇུག་པས་འདིར་གཞུང་ཆོག་  
 ཀྱང་པ་གསུམ་པ་འགྱུར་བཅོས་པར་མཛད་པ་བཞིན་དུ་  
 བཀོད་པ་ཡིན་ཅོ། །

ན་སྤྱིར་བ་ཅན་ཀྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

གསུམ་པ་སྐྱར་བ་ཅན་གྱི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི། མ་ལ་  
 ཡ་ཡི་རྒྱང་གིས་ནི། །འཇིག་རྟེན་དགའ་བ་སྦྱང་པར་  
 བྱེད། །དུས་ཀྱི་དང་ཡང་དག་ལྷན། །ཀུན་གྱི་སྤྱང་སྤྱུག་མ་  
 ཡིན་ནམ། །མ་ལ་ཡ་སྟེ་སྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱང་གིས་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་འགོ་བ་ནམས་ཀྱི་དགའ་བ་སྦྱང་པར་བྱེད་ཅིང་  
 ཀུན་གྱི་ཡིད་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འཇུག་གོ་ཞེས་པ་  
 བསྐྱབ་བྱ། དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ནི་དུས་ཀྱི་ཞེས་པ་སྐྱ་  
 གཅིག་དོན་གཉིས་ལ་སྐྱར་བ་སྟེ། དེ་ཉིད་སྐྱ་སྐྱར་གྱི་  
 འཇུག་ཡུལ་ཐ་དད་པ་གཉིས་ཕྱོགས་ཐ་དད་དུ་མ་བྱེས་  
 པའི་ཚོ། ཀུན་གྱི་སྟོ་དང་མཐུན་པར་རྗེས་སུ་འཇུག་པ་  
 གང་ཡིན་པའི་བརྟན་གཡོའི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་  
 ལའང་དོན་གྱིས་འཇུག་པས། དེ་དང་ལྷན་པ་དེ་ནི་ཀུན་  
 གྱི་སྤྱང་དུ་སྤྱུག་པ་ཆོས་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། ཞེས་སྐྱབ་བྱེད་  
 རུས་པ་ཅན་ཅུང་ཟད་རྒྱ་ཆེ་བས། བསྐྱབ་བྱ་མ་ལ་ཡའི་  
 རྒྱང་གིས་འཇིག་རྟེན་དགའ་བ་སྦྱང་པ་ཉིད་སྐྱབ་

ཕའོ། །དེ་ཉིད་སྐྱའི་འཇུག་པ་ཐ་དད་པའི་དབང་གིས་སོ་  
 སོར་བྱེ་ན་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་དུགྱི་ཏ་སྟོ་ཕྱོགས། དེ་ལ་  
 ཅུང་འི་རྒྱུ་སྐྱར་བས་དུགྱི་ཅུ་ཁེས་གྲུབ་པ་སྟོ་ལས་བྱུང་  
 བ་སྟེ་སྟོ་ཕྱོགས་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་ལ་འཇུག་ཕྱོགས་གཅིག་  
 ལ་དུགྱི་ཏ་མཁས་ཤིང་དྲང་ལ་གཡོ་སྐྱེ་མེད་པའི་མི་གྲང་  
 བོ་ལ་འཇུག་པ་སྐབས་དོན་ཡིན། དེ་ལ་ཅུང་སྐྱར་དུགྱི་ཅུ།  
 དེ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ་ཀུན་དང་མཐུན་ཅིང་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
 ལ་འཇུག་པར་མ་ཟད་ཕྱོགས་གཉིས་ཀའང་ཡིད་དུ་འོང་  
 བའི་དུགྱི་ཅུ་དང་ལྡན་པའི་བྱིར། ཀུན་གྱི་སྟོང་དུ་སྐྱུག་པ་  
 མ་ཡིན་ནམ་སྟེ་ཡིན་ནོ། །ཁེས་ཕའོ། །དེ་ལྟར་འཆད་དུ་  
 ཡོད་པས་དབང་རྒྱུ་ཏུ་འང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འཇུག་  
 པ་ནི་སྐྱའི་འང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་པས་སོ། །འདི་ནི་  
 ཆོག་གཅིག་དོན་དུ་མ་ལ་སྐྱར་བས་སྐྱར་བ་ཅན་  
 ནོ། །ཁེས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཡང་གཡས་ཕྱོགས་

སོགས་དོན་དུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སྤྱིར་ཡོད་ཀྱང་  
འདིའི་སྐབས་དོན་མ་ཡིན་ནོ།

༥ འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

བཞི་པ་འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

མཚན་མོར་བྱེད་འདི་དྲི་མ་དང་། །

ལྡན་ཡང་འགྲོ་བ་དགའ་བ་སྦྱེད། །

གཉིས་སྦྱེས་དབང་པོ་སྦྱོན་ལྡན་ཡང་། །

གཞན་དག་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་བྱས། །

མཚན་མོར་བྱེད་པ་སྐྱབ་པ་འདི་དྲི་མ་རི་བོང་གི་གཟུགས་

ནག་པོ་ར་རི་དང་ལྡན་པས་མ་དག་ཀྱང་འགྲོ་བའི་

དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་དྲི་མ་དང་

ལྡན་ཅིང་མ་དག་པ་དང་། དགའ་བ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་

གཉིས་འགལ་བ་སྟེ་བསྐྱབ་བྱའོ། །དེ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་  
 གཉིས་སྐྱེས་དབང་པོ་བྲམ་ཟེ་འདྲོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཉི་  
 ཟུག་སྟེ་དུག་གསུམ་གྱི་སྒྲིན་དང་ལྷན་ཡང་རིག་བྱེད་  
 བཏུགས་ཤིང་རིག་པ་སྒྲོབ་པ་སོགས་ཀྱིས་གཞན་རྣམས་  
 ལ་ཕན་འདོགས་ཤིང་རྗེས་སུ་འཛིན་ནོ། །འདི་ལ་ཡང་  
 དུག་གསུམ་གྱི་སྒྲིན་དང་བཅས་པ་དང་གཞན་རྗེས་སུ་  
 འཛིན་པ་གཉིས་འགལ་བཞིན་དུ་ཡང་རུང་བ་མངོན་  
 ཟུམ་དུ་བསྟན་པས་ཟླ་བ་དྲི་མ་དང་ལྷན་ཡང་འཛིག་  
 ཉིན་དགའ་བ་སྐྱེད་པ་མི་འགལ་བར་སྐྱབ་པ་སྟེ། འདིར་  
 གཉིས་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲི་འདབ་ཆགས་དང་། སོ་དང་། ཟླ་བ་  
 དང་། བྲམ་ཟེ་སོགས་དུ་མ་ལ་འཇུག་པ་ལས། འདིར་ཟླ་  
 བ་དང་བྲམ་ཟེ་གཉིས་སྒྲི་སྐྱར་བའི་སྐྱར་བ་ཡོད་ཀྱང་  
 ཞར་ལས་ཐོན་པ་ཡིན་གྱི་ངེས་པར་དགོས་པ་མ་ཡིན་  
 ཞིང་། སྐབས་དོན་དངོས་ནི་བསྐྱབ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་གཉིས་  
 ཀ་ལ་ཡང་འགལ་བ་ཉིད་བརྗོད་འདྲོད་ཀྱི་གཙོ་བོ་དང་།

བསྐྱབ་བྱའི་དངོས་པོ་སྒྲར་བཀོད་ནས། དེའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 རྒྱས་པ་ཅན་གྱི་དོན་གཞན་ཕྱི་ནས་བཀོད་པའི་ཕྱིར་  
 འགལ་བའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །འདིར་  
 སྐྱབ་བྱེད་གྱི་སྦྱོན་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་བོད་གྱི་འགྲེལ་  
 པ་རྣམས་ལ་ལར་བྲམ་ཟེའི་ཆ་ག་ཉམས་པའི་སྦྱོན་ཅེས་  
 དང་། བྲམ་ཟེ་སྦྱ་ཆད་པ་ལྟ་བུའི་སྦྱོན་ཟེར་བ་སོགས་སྦྱ་  
 ཆོགས་འདུག་ཀྱང་། འདིར་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་ཇི་ལྟར་  
 བཤད་པ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ།

༥ མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

ལྷ་པ་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

སྒྲང་རྩི་འབྲངས་པའི་མགྲིན་སྟན་ལས། །

བྱང་བ་བྱང་བའི་སྒྲ་དག་ཀྱང་། །

ན་བར་རྩུབ་པ་ཉིད་འགྱུར་བ། །

འདོད་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་འདི་འདྲ། །

སྒྲིག་ཅི་མེ་ཏྲིག་གི་བཅུད་འབྱུངས་ཏེ་མྱོས་པའི་མགྲིན་  
 བ་སྒྲིན་པོ་ལས་བྱུང་བ་བྱུང་བ་གཞོན་ཅུའི་སྒྲིག་འཇམ་པོ་  
 དག་ཀྱང་བྲལ་བས་ཉེན་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣ་བར་རྩལ་ཅིང་  
 ཡིད་འབྱུང་བར་གྱུར་བ་འདི་ནི་དགའ་བར་བྱེད་པའི་  
 སྒྲིག་ཡིད་འབྱུང་བར་བྱེད་མེ་འོས་པ་བྱེད་པ་བསྒྱུབ་བྱ་  
 དང་། དེ་སྒྱུབ་པར་བྱེད་པ་ནི། དེ་ལ་མེ་འོས་པ་ཅི་ཡོད་  
 དེ་འདོད་ལྷན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིག་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པའང་  
 མེ་སྒྲིན་པར་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་བས་དེ་ལ་ཅི་བྱར་ཡོད་ཅེས་  
 སྒྱུར་མེ་འོས་ཀྱང་འདོད་ལྷན་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་ཡུལ་  
 ལ་མེ་འོས་པ་དེ་ཉིད་འོས་པ་བསྒྱུབས་པས་ན་མེ་འོས་  
 པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་སྒྲིག་ཞི་བ་  
 ལྷས། ཤིང་བལ་རེག་ན་འཇམ་པ་ཡི། །སྒྲིག་ལ་དགའ་  
 བར་མེ་བྱེད་པར། །ཉལ་པོ་བྱ་བར་མེ་རུས་ཞེས། །དེ་ལ་

ཁྱོ་བ་དག་ཏུ་བྱེད། །ཅེས་སྒྲིད་འཇུག་ཏུ་གསུངས་པའང་  
འདི་དང་ཚུལ་མཐུན་ནོ། །

༥ འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

དུག་པ་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ཁྱ་སྒྲེས་འདབ་མའི་མལ་སྟན་འདིས། །

བདག་གི་ལུས་འདི་གདུང་བར་བྱེད། །

སླེག་པའི་བདག་ཉིད་བསླེག་ཟ་དང་། །

འདྲ་བས་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནམ། །

ཁྱ་ལས་སྒྲེས་པ་པརྒྱའི་འདབ་མའི་མལ་སྟན་ཉམས་སུ་  
སྒྱུང་བཞིན་པ་འདི་འཇམ་པའི་རང་བཞིན་གྱིས་འདོད་  
པ་སྒྲིད་དེ་བདག་གི་ལུས་གདུང་ཞིང་སླེག་པར་བྱེད་དོ་  
ཞེས་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། སྐྱབ་བྱེད་དེ་ལྟ་བུ་ནི་རིགས་



བ་ཡིན་ཏེ། བརྩ་དམར་པོ་འདིའི་ཁ་དོག་གི་དམར་བ་  
 སྒྲིག་པར་བྱེད་པའི་བདག་ཉིད་སྒྲིག་ཟེ་མེ་དང་འདྲ་  
 བས་ན་གཏུང་བ་སྦྱེད་པ་འོས་ཤིང་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 ནམ་སྟེ་ཡིན་པས་སོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་  
 རི་ལྟ་བར་དཔང་རྒྱུ་དང་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་  
 འགྲེལ་པར་བཤད་པ་ལ་འགྲེལ་མཛད་ཕྱི་མ་པལ་ཆར་  
 གྱིས་དགག་བཞག་བྱེད་པར་སྒྲུལ་པ་ནི་གཞུང་དོན་  
 འབད་ནས་ངྲི་མར་བྱེད་པའི་རྩོག་མ་སྦྱང་བ་ཁོ་  
 ནའོ། །དེས་ན་འདིར་གཏུང་བར་འོས་པ་བསྟན་པའི་  
 ཕྱིར་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་ཞེས་བྱའོ། །

༡ འོས་ཤིང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ།

བདུན་པ་འོས་ཤིང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ་

ནི།

བསེལ་ཟེར་ཅན་གྱིས་ཉམས་བྱེད་མོད། །

དཔྱིད་ཀྱིས་བདག་གི་ཅི་ལ་གདུང་།།

དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྦྱོད་པའི་ལས།།

དག་པས་མི་འོས་པ་མེན་ནམ།།

བསེལ་ཟེར་ཅན་ཟླ་བ་ནག་པོ་ར་རིའི་དྲི་མ་དང་ལྡན་  
པས་བདག་ཉམས་པ་སྟེ་གདུང་བར་བྱེད་པ་འོས་མོད།  
དཔྱིད་གྱི་དུས་ས་གཞི་ལྡན་ལྡིང་སོགས་མེད་པར་བྱེད་  
པ་རྣམ་པར་དག་ཅིང་ལྷན་སྐྱུམ་ཚོགས་པའི་བདག་ཉིད་  
ཀྱིས་བྲལ་བས་ཉེན་པ་བདག་གདུང་བར་བྱེད་པ་འདི་  
ཅིའི་ཕྱིར་འོས་ཏེ་མི་འོས་སོ་ཞེས་པ་བསྒྱབ་བྱ། དེ་དག་  
སྒྱབ་པར་བྱེད་པ་སྦྱིར་ཡང་དྲི་མ་ཅན་གྱིས་སྦྱོད་པའི་  
ལས་གང་ཡིན་པ་དེ། དག་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱོད་པར་མི་  
འོས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟེ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་ཐོག་མར་ཟླ་བས་  
གདུང་འོས་པ་དང་། དེ་ནས་དཔྱིད་ཀྱིས་གདུང་མི་འོས་

པའི་བསྐྱབ་བྱ་དག་བཀོད་ནས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་

འོས་ཤིང་མི་འོས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པའོ།

༥ དེ་ལས་ཕྱིག་པ་མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་གཞན་

བཀོད་པ།

བརྒྱད་པ་དེ་ལས་ཕྱིག་པ་མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་

གཞན་བཀོད་པ་ནི།

ཀུ་མུ་ཏ་ལྷན་ཡང་སྤྱེག་བྱེད་ན། །

པརྟའི་འབྱུང་གནས་ཅིས་མི་བྱེད། །

ཟླ་བས་བབྱང་རྣམས་རྩལ་པ་ན། །

ཉི་མས་བབྱང་བ་འཇམ་མི་འགྱུར། །

ཀུ་མུ་ཏ་ལྷན་པ་སྟེ་ཀུ་མུ་དའི་ཚལ་ན་ཡོད་པའི་མི་ཉོག་

ཀུ་མུ་ཏ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཆགས་པའི་མི་སྦྱེད་ནས་

འདོད་ལྷན་གྱི་ལྷ་ས་སེམས་སྟེག་པ་འཕ་གདུང་བར་བྱེད་  
 པ་འདི་མི་འོས་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། ཡང་ཞེས་པ་ནི་མི་  
 འོས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ན་ཞེས་པ་ཆོག་ལྷག་  
 མ་འདྲེན་པའི་དོན་ནོ། །ཡང་པརྒྱའི་འབྱུང་གནས་ཏེ་  
 པརྒྱའི་ཆལ་ན་ཡོད་པའི་མེ་ཏྲོག་པརྒྱ་ཉི་མའི་ཕྱོགས་སུ་  
 གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱིས་གདུང་བར་བྱེད་ཅིས་མི་འོས་ཏེ་  
 འོས་སོ་ཞེས་པ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། དེ་དག་སྐྱབ་པར་  
 བྱེད་པ་ལྷ་བ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་བསེལ་བས་བབྱང་བ་ལྷ་  
 བའི་ཕྱོགས་ཀྱི་སྐྱ་ཏེ་རྣམས་ཀྱང་རྩལ་ཅིང་གདུང་བར་  
 བྱེད་ན། ཉི་མ་མཐའ་གཅིག་ཏུ་ཆ་བས་བབྱང་བ་ཉི་མའི་  
 ཕྱོགས་གྱུར་པརྒྱ་རྣམས་འཇམ་ཞིང་བསེལ་བར་མི་  
 འགྱུར་རོ། །ཞེས་སྤྲུལ་མས་གདུང་བར་མི་འོས་པ་དང་བྱེ་  
 མས་འོས་པར་སྟོན་པས་ན་མི་འོས་ཤིང་འོས་པའི་དོན་  
 གཞན་བཀོད་པའོ།

འདིར་བོད་འབྲེལ་འགའ་ཞིག་དུ་ཀྱ་མཁུ་ལྡན་པ་སྟེ་བ་  
 དང་། པརྒྱའི་འབྲུང་གནས་ཉི་མ་ལ་ངོས་བབྱང་བ་མི་  
 འཐད་ཅིང་། རྒྱ་འབྲེལ་ལས་ཀྱང་སྐབས་གཞན་དུ་ཀྱ་  
 མཁུ་གྱི་རྩ་བ་དང་། པརྒྱའི་ཡུ་བ་ལ་ངོས་བབྱང་བ་ཡོད་  
 ཀྱང་འདིར་ནི་ཀྱ་མཁུ་མང་པོ་ཡོད་པའི་གནས་དེ་ལ་ཀྱ་  
 མཁུ་ལྡན་པ་དང་། པརྒྱ་མང་པོ་ཡོད་པའི་གནས་ལ་  
 པརྒྱའི་འབྲུང་གནས་དང་པརྒྱའི་ཚལ་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེ་  
 ཉིད་མཐོང་བས་འདོད་ལྡན་གྱི་རྒྱུད་ལ་ཆགས་པའི་  
 གདུང་བ་དྲག་པོ་སྐྱེད་པའི་དོན་ཡིན་ཏེ་འབྲེལ་བ་  
 འདོད་འཇོར་ཡང་། ཀྱ་མཁུ་དང་ལྡན་པའི་ཡུལ་མིང་  
 གཉིས་སོ། ཀྱ་མུ་ད་པ་དྲི། འདིར་ཀྱ་མཁུ་རྣམས་ཡོད་  
 པས་ཀྱ་མཁུ་ཅན་ཏེ་སྐོགས་དང་། ཀྱ་མུ་དི་ནི་ཀྱ་མཁུ་  
 ལྡན་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། ཡང་པརྒྱ་དང་ལྡན་པའི་ཡུལ་  
 དང་པརྒྱའི་ཚགས་ལའང་ན་ལི་ནི་ལ་སྐོགས་པའོ། ཞེས་  
 འབྲུང་བ་ལྟར་རོ།

དོན་རྒྱན་བརྒྱད་པ། རྒྱུ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།

བརྒྱད་པ་རྒྱུ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་

སྒྱུར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བཅོམ་ཅིང་བཤད་

པའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།

སྒྲ་འབྲུག་པའམ་རྟོགས་པ་ཡིས། །

དངོས་པོ་གཉིས་ནི་མཚུངས་གྱུར་པ། །

དེ་ཡི་དབྱེ་བ་བཅོམ་པ་གང་། །

དེ་ནི་རྒྱུ་པ་ཅན་ཞེས་བཅོམ། །

མཚུངས་པའི་སྒྲས་དངོས་སུ་བེན་པའམ་དོན་གྱི་ཤུགས་

དང་སྐབས་ལ་སོགས་པའི་སྒྲ་ནས་བཅོམ་འདོད་ཀྱི་

དངོས་པོ་གཉིས་མཚུངས་པ་རྟོགས་པར་གྱུར་པ་དེ་སྒྲར་

ཡང་དེ་དག་ལ་གནས་པའི་བྱད་པར་གྱི་དབྱེ་བ་འགའ་

ཞིག་བཅོམ་པས་སྒྲར་དེ་གཉིས་མཚུངས་པར་གྱུ་བ་བེན་

པ་ལས་སྤར་མི་མཚུངས་པར་འབྱེད་ཅིང་ཚྲོག་པས་ན་  
ཚྲོག་པ་ཅན་ནམ་མེད་གི་རྣམ་གྲངས་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་  
རྒྱན་དུ་ཡང་བཟོད་དོ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བཟོད་ཅིང་བཤད་པ་ལ་སྤྲས་  
ཟེན་པའི་མཚུངས་པ་ལས་འབྱེད་བྱེད། དོན་གྱིས་གོ་  
བའི་མཚུངས་པ་ལས་འབྱེད་བྱེད། འབྱེད་བྱེད་མཚུངས་  
པའི་ཚྲོག་པ་ཅན། རིགས་མཐུན་ལས་འབྱེད་པའི་ཚྲོག་  
པ་ཅན་དང་བཞི་ལས།

༡ སྤྲས་ཟེན་པའི་མཚུངས་པ་ལས་འབྱེད་བྱེད།

གཅིག་གིས་ཚྲོག་པ་ཅན།

དང་པོ་ལ་ཡང་ནང་ཚན་དུ་དབྱེ་ན་ལྔ་ལས། དང་པོ་  
གཅིག་གིས་ཚྲོག་པ་ཅན་ནི།

བརྟན་དང་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་དང་།

ལ་བ་རྒྱ་སྟགས་ཡོན་ཏན་གྱིས། །

སྟོང་དང་རྒྱ་མཚོ་མཚུངས་ཐ་དང། །

སྟོང་ལྷས་འདི་འདྲ་ཉིད་གྱིས་སོ། །

རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ནི་འདྲོམ་བདུན་ནམ་བུ་གཉིས་མན་  
ཆད་ལ་གཡོ་བ་མེད་པར་གྲགས་པས་བརྟན་པ་དང་།  
རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་གཞན་གྱི་ཕྱ་མ་ལ་སྟགས་པས་སྟོང་པར་  
མི་རྒྱས་པས་བརྟན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱ་  
མཚོ་ཁ་ཞིང་ཆེ་བ་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཁོང་ཡངས་པའམ་  
མངའ་ཐང་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། ལྷ་བ་ཆ་ལ་ཡུའི་  
རྒྱུན་བྱེན་ནས་སྐྱབ་པའི་ལྷ་བ་རྒྱའི་སྐྱ་རྒྱ་མཚོའི་སྐབས་  
སྐྱ་ལན་ཚྲིའི་རོ་བོ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། རྒྱལ་པོའི་སྐབས་  
སྐྱ་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དེས་ན་བརྟན་  
པ་དང་ཆེ་བ་དང་ལྷ་བ་རྒྱ་སྟེ་སྟོང་གཞི་སོ་སོ་ལ་གནས་  
པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་གྱིས་དེ་གཉིས་འདྲ་བ་བརྗོད་ཅིན་



ནས། སྒྲུང་མི་མཚུངས་པའི་འབྲེད་བྲེད་ཀྱི་བྱུང་པར་  
རྒྱལ་པོ་བྱོད་མའི་ལྷས་སུ་སྒྲུང་བའི་རྣམ་པ་འདི་འདྲ་བ་  
ཉིད་ཀྱིས་བྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་ཐ་དད་དེ། དེ་ལ་  
འདི་འདྲ་བའི་ལྷས་མེད་པས་སོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

གཅིག་ལ་གནས་པའི་ཚོས་ཀྱིས་ནི།

གཉིས་ག་ལ་གནས་ཐ་དད་དག།

རྟོགས་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར།

འདི་ནི་གཅིག་གི་ལྷ་ག་པ་ཅན།

ཐ་དད་པའི་ཚོས་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་  
ཡོད་པ་གཉིས་ཀ་མ་བཟོད་པར། སྒྲུས་བུ་ཡོད་པའི་མའི་  
ལྷས་ཀྱི་འབྲེད་ཚོས་གཅིག་བཟོད་པའི་ཤུགས་ལས་  
གཉིས་ག་ལ་གནས་པའི་མི་འདྲ་བ་རྟོགས་པར་བྱེད་པ་

འདི་ལྟ་བུ་ནི་གཅིག་གི་ཚྲིག་པ་ཅན་དུ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །དཔེར་བརྗོད་འདིར་བརྟན་པ་དང་ཆེ་བ་སོགས་  
 དོན་སྦྱར་དང་། ལྷ་བ་རྩ་སྦྱ་སྦྱར་བ་ལྟར་སྤང་ནའང་  
 སྦྱར་བའི་ཚྲིག་པར་མི་འགྱུར་བ་ནི་བརྟན་པ་དང་ཆེ་བ་  
 དང་། ལྷ་བ་རྩ་སྦྱེ་གསུམ་ཀའམ་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་  
 བསམ་པས་བྱུང་གཞི་དཔེ་དོན་སོ་སོ་ལ་ཡོད་པའི་ཡོན་  
 ཏན་མཚུངས་པ་དག་སྟོས་པའི་ཞར་གྱིས་སྦྱར་བ་དང་  
 རྣམ་པ་འདྲ་བ་འདི་ལྟར་ཤུགས་གྱིས་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱི་  
 སྦྱར་བའི་དོན་དུ་སྟོས་པ་མ་ཡིན་པས་ན་སྦྱར་བའི་ཚྲིག་  
 པར་མི་འགྱུར་བའོ། །དེ་ལྟར་ཡིན་པའང་གཞུང་ཉིད་  
 ལས། ལྷ་བ་རྩ་སོགས་ཡོན་ཏན་གྱིས། །ཞེས་དངོས་སུ་  
 བརྟན་ཅིང་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འང་དེ་ལྟར་བཀའ་བ་དང་།  
 རྗེ་བོད་མཁས་པ་ཆེན་པོ་མི་པམ་དགེ་ལེགས་རྣམ་པར་  
 རྒྱལ་བའི་ལྟས་དྲི་ཆོག་ཚངས་པའི་མགོན་རྒྱན་གྱི་རང་

ལན་དབྱངས་ཅན་ངག་གི་རྩ་མཚར་ལེགས་པར་

བཤད་པ་ལྟར་རོ།

གཉིས་ཀྱི་ཚྭ་པ་ཅན།

གཉིས་པ་གཉིས་ཀྱི་ཚྭ་པ་ཅན་ནི།

ཆུ་ཡི་ཕུང་པོ་དག་དང་ཁྱོད། །

མཚམས་ལས་མི་འདའ་བ་པ་སྟེ། །

འདི་ནི་མིག་སྒྲན་དང་མཚུངས་ལ། །

ཁྱོད་ནི་གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་ནོ། །

ཆུ་ཡི་ཕུང་པོ་སྟེ་རྒྱ་མཚོ་དང་རྒྱ་ལ་པོ་གཉིས་དུས་དང་  
ལྷགས་ཀྱི་མཚམས་ལས་མི་འདའ་བ་དང་བཤད་པས་འདྲ་  
བ་སྟེ། འདི་ནི་རྒྱ་དཔེར། བོ་ལོ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཨ་མ་ར་གོ་  
ཤར། བོ་ལཱ་རྒྱ་མཚོ་ནི་ཆུ་ཡི་རྩ་མཚར་འབྱུང་། དུས་དང་ལྷགས་

སྒོལ་དག་ལ་ཡང་། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
 པོའི་དུས་རྒྱུ་ལས་མེ་ཡོལ་བ་དང་། རྒྱལ་པོ་  
 བྱིས་ལྷ་གས་བཟང་པོ་ལས་མེ་འདྲའ་བ་གཉིས་ཀྱི་འདྲ་  
 དེ་ལས་པར་མེ་འདྲའ་བར་མཚུངས་པ་སྟེ། སྟར་རྒྱ་མཚོ་  
 རྒྱ་མཚོ་མས་སམ་བྱེས་ཀྱི་མཚོ་མས་ལས་མེ་འདྲའ་བ་ཞེས་  
 བཀའ་ཡང་། རྒྱ་མཚོ་ལ་བྱི་གང་གི་ཆོས་དངོས་སུ་ཡོད་  
 པས་དོན་དང་མེ་མཐུན་ཅིང་། རྒྱ་དཔེར་བེ་ལྷ་ཞེས་  
 འབྱུང་བ་དུས་དང་སྐབས་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་སྟེ། བེ་ལ་  
 དེ་སྟེ་སྐབས་དབྱེ་བ་དང་། བེ་ལ་དེ་སྟེ་སྐབས་མེ་དབྱེ་  
 བ་ལ་འཇུག་མོད། འོན་ཀྱང་འདྲིར་ནི་དུས་ལ་འཇུག་  
 པས་རྒྱ་མཚོ་དུས་རྒྱུ་ལས་མེ་ཡོལ་བའི་དོན་ཡིན་  
 ཀྱང་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་གཞུང་ཆོག་  
 མཚོ་མས་ལས་མེ་འདྲའ་ཞེས་བསྟར་བའོ། །ཟབ་པ་ནི་རྒྱ་  
 མཚོའི་གཏིང་དང་། རྒྱལ་པོའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱི་མཐའ་གཉི་ག་  
 དཔག་པར་དཀའ་བས་ཟབ་པ་སྟེ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་

མཚུངས་པར་གྲུབ་ཟིན་པ་ལ། སྤར་ཡང་འབྱེད་བྱེད་གྱི་  
ཆོས་རྒྱ་མཚོ་འདི་ནི་མིག་སྤྲོད་གྱི་ཁ་དོག་སྟེ་ནག་པོ་  
དང་། བྱོད་ནི་སྦྱོས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལྷན་གསེར་བཟང་པོའི་  
འོད་ཅན་དུ་གྱུར་པས་ཐ་དད་དོ།

དེ་བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་འདིར་ནི་གཉིས་གཡི།

འབྱེད་བྱེད་ཡོན་ཏན་ནག་པོ་དང་།

སེར་པོ་དག་ནི་ཐ་དད་བསྟན།

འདི་ནི་གཉིས་ཀའི་སྒྲིག་པ་ཅན།

གང་གི་ཕྱིར་ཆོག་སྦྱོར་འདིར་ནི་རྒྱ་མཚོ་དང་རྒྱལ་པོ་  
གཉིས་ཀའི་ཡུལ་ལ་གནས་པའི་འབྱེད་བྱེད་ཁ་དོག་གི་  
ཡོན་ཏན་ནག་པོ་དང་སེར་པོ་གཉིས་དངོས་སུ་སྤྲོས་

རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་མཚུངས་ཚོས་གསུམ་པོ་  
 འདིས་ཚོས་མཚུངས་ཏེ་དུལ་རྩི་དང་མ་རྒྱ་སུ་དང་ཏེ་  
 རི་ལྷོ་གསུམ་ཀ་སྒྲ་སྒྲུར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་དུལ་རྩི་ཞིས་པ་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་བསྒྲིག་དཀའ་བའི་དོན་

དང་། མཚོ་ལ་འཇུག་པའི་ཆོ་ཁུའི་སྒྲོང་འཁོར་ལ་  
 འཇུག། །དེ་བཞིན་དུ་མ་དུ་སད་ཀྱིས་པོ་ལ་སྒྲོང་སྒྲོབས་  
 ཆེན་པོ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ལ་ཁུ་སྒྲིན་འཛིན་བྲི་ལ་སོགས་པ་  
 སེམས་ཅན་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ལ་འཇུག། ཏེ་ཇས་ཀྱིས་པོ་  
 གཟི་བརྗེད་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ལ་རྒྱུད་མ་  
 ཁའི་མེ་ལྷེ་ཏྲ་གདོང་གི་མེར་གྲགས་པ་ཡོད་པས་དེ་ལ་  
 འཇུག། དེས་ན་སྒྲ་སྒྲུར་བའི་མཚུངས་ཚོས་དེ་གསུམ་གྱིས་  
 རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱ་མཚོ་གཉིས་མཚུངས་པར་བསྒྲུབས་ནས།  
 སྒྲར་ཡང་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཚོས་འདི་ཡིས་བྲིད་གཉིས་ཐ་  
 དང་དེ། རྒྱ་མཚོ་ནི་ཁུའི་བདག་ཉིད་བཅ་པོའི་རང་  
 བཞིན་སེམས་མེད་སྒྲུན་པ་ཡིན་ལ། རྒྱལ་པོ་བྲོད་ནི་ཤེས་  
 རིག་དང་ལྷན་པ་མཁས་ཤིང་གསལ་བའི་བདག་ཉིད་  
 ཡིན་པས་སོ། །འདི་ལ་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་ཇ་ལྷ་རྩེ་ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ལྟར་ན་དེ་ནས་ཁུ་བདག་ཅེས་དང་། འགྲེལ་  
 བའི་རྒྱ་དཔེར་ཇ་ལྷ་རྩེ་ཞེས་པ་ལྟར་ན་དེ་ནི་བཅ་པོ་བྲོད་

མཁས་སོ་ཞེས་བསྐྱར་དགོས་པའི་བྱང་པར་ཙམ་ཡོད་  
དོ།

དེ་བཤད་པ།

འདི་ནི་སྐྱར་བའི་ཚུལ་ལྟན་ཕྱིར།

སྐྱར་བ་ཅན་ཞེས་གཟུང་བར་མཛོད།

ཆོག་གི་སྐྱར་བ་འདི་འདྲ་བ་ནི་སྐྱ་སྐྱར་བའི་ཚུལ་ལྟན་པ་  
ཅན་གྱི་རྒྱན་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ་ལྟན་པས་ན་སྐྱར་བའི་  
ལྟན་པ་ཅན་ཅེས་གཟུང་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་  
པའོ། །འདི་ནི་སྐྱ་མཚུངས་པ་གསུམ་པོ་ཁོ་ན་སྐྱར་བའི་  
མཚུངས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲི་ནས་འདྲ་བར་བསྐྱབས་ཟེན་པ་དེ་  
སྐྱར་ཡང་འབྱེད་ཆོས་ཀྱིས་དབྱེ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་དོན་  
གྱི་མཚུངས་ཆོས་དང་སོ་སོ་ལ་གནས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
མཚུངས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ཞིག་གོ།



གཞན་ཡང་།

འགོག་པ་ཅན་དང་གཏན་ཆོགས་ཅན། །

གཉིས་པོ་དེ་ཡང་བསྟན་པར་བྱ། །

འགོག་པ་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་དང་གཏན་ཆོགས་ཅན་ཞེས་  
བྱ་བའི་ཚྭ་གཞན་གཉིས་པོ་དེ་ཡང་བསྟན་པ་སྟེ་  
དཔེར་བརྗོད་པར་བྱའོ་ཞེས་དམ་བཅས་ནས།

འགོག་པའི་ཚྭ་གཞན།

དེ་གཉིས་ལས་དང་པོར་གྱུར་པ། བཞི་པ་འགོག་པའི་  
ཚྭ་གཞན་ནི།

ལྷགས་དང་ལྷན་ཞིང་བརྟན་པ་དང་། །

རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་ཡིན་མོད་ཀྱང་། །

དྲི་མ་ལྷན་པ་ཁྱ་སྤྱོད་གནས། །

ཁྱེད་ཀྱི་འགྲན་ཆེད་འགྱུར་མ་ཡིན། །

རྒྱལ་པོ་དམ་པའི་ཀུན་ཏུ་སྦྱོང་པ་ལས་མི་འདུལ་བའི་  
 ལྷགས་དང་ལྷན་ལ། རྒྱ་མཚོ་དུས་ཆེན་དུས་ལས་མི་  
 འདུལ་བའི་ལྷགས་དང་ལྷན་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་  
 སྤྲེལ་ལ་སྤྲེལ་པའི་གཞན་རྒྱུ་ལྷན་པའོ། །མི་རྒྱུ་  
 པས་དང་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་གཏིང་གཡོ་བའི་རྒྱལ་  
 འགྱུར་མེད་པས་བརྟན་པའོ། །ཡང་རྒྱལ་པོ་ནི་རང་གི་  
 བང་མཛོད་ལས་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མ་འབྱུང་བའི་གནས་  
 ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡང་མུ་ཏིག་ལ་སྤྲེལ་པ་  
 རིན་པོ་ཆེ་དུ་མའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་སྟེ་མཚུངས་  
 ཆོས་དེ་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་རྒྱུ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་འདི་རྒྱལ་པོ་  
 ཁྱེད་དང་མཚུངས་མེད་ཀྱང་། འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བ་ཚྭ་  
 ལ་སྤྲེལ་པའི་དྲི་མ་དང་ལྷན་ཅིང་ཆུ་སྤྲོད་གསུག་པའི་  
 གནས་སུ་གྱུར་པ་རྒྱ་མཚོ་འདིས་དག་པའི་བདག་ཉིད་

སྒྲེས་བུ་དམ་པ་བྲོད་ཀྱི་འབྲན་ཟླར་འབྱུར་བ་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་སྐྱ་མཆོས་སྐུལ་པོ་ལ་འབྲན་པའི་རྣམ་པ་བཀག་  
པའི་ཕྱིར་འགོག་པའི་ཕྱོག་པ་ཅན་ནོ། །

གཏན་ཆོག་སྐྱ་ཕྱོག་པ་ཅན།

ལྷ་པ་གཏན་ཆོག་སྐྱ་ཕྱོག་པ་ཅན་ནི།

རི་སྒྲིང་སྐྱ་མཆོར་བཅས་པ་ཡི། །

ས་གཞི་མཐའ་དག་འཛིན་མོད་ཀྱང་། །

ལག་འགོ་རྣམས་ཀྱི་རྗེར་བྱུར་བྱིར། །

སྐྱ་མ་ཅན་ནི་བྲོད་བས་དམན། །

རི་སྐུལ་སྐྱ་པོ་གཙོ་བོར་བྱུར་པའི་རི་དང་། སྒྲིང་བཞི་  
ལ་སོགས་པའི་སྒྲིང་དང་། སྐྱ་མཆོ་བཞི་དང་བཅས་པའི་  
ས་གཞི་མཐའ་དག་འཛིན་པའི་མཚུངས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་

རྒྱལ་པོ་བྱོད་དང་སྤྱི་རྒྱལ་པོ་ཤེ་ཁྱེ་སྟག་མ་ཅན་  
 གཉིས་མཚུངས་ཏེ། སྤྱི་རྒྱལ་པོ་འདིའི་གདེངས་ཀ་ལ་  
 ས་ཆེན་པོ་འདི་བརྟེན་ནས་ཡོད་པར་གྲགས་ཤིང་།  
 བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་བྱོད་  
 ཀྱང་རི་སྤང་རྒྱ་མཚོར་བཅས་པ་དཔུང་པས་འཛིན་པའི་  
 སའི་བདག་པོར་གྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་ལག་འགྲོ་  
 ཉེ་སྤྱ་ནམས་ཀྱི་རྗེ་བོར་གྱུར་པས་དུད་འགྲོའི་སྤེ་ཆེན་དུ་  
 གཏོགས་པ་སྤྱན་ཅིང་གཏི་མུག་པ་སྟག་མ་ཅན་ནི་རྒྱལ་  
 པོ་མཐས་པ་བྱོད་པས་དམན་ཅོ་ཞེས་པའོ། །སྐབས་  
 འདིར་དཔང་རྟེན་དུ་སྤྱ་བདག་དེ་ནི་རི་ཀུན་ནས་  
 བཅེགས་པ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤང་སིངས་སྤང་ལ་སོགས་  
 པ་ཞེས་གསུངས་པ་རྒྱ་སྤེའི་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་ཆོག་ངོ་མ་  
 བཀོད་པ་ཉེ། འཛམ་སྤང་ལྟ་བུའི་སྤང་ཆེན་པོ་སྤྱི་ལ་སིངས་  
 ལའི་སྤང་དང་། ཀུན་ནས་བཅེགས་ཀྱང་སྤྱན་པོ་དང་  
 གསེར་གྱི་རི་བདུན་ལྟ་བུའི་མིང་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་

མེད་པས། རི་སྤྱིང་དེ་དག་གཙོ་བོར་སྤྱོད་པ་མི་འོས་ཀྱང་  
 བསྟན་བཅོས་མཛད་པ་པོས་ཡུལ་དང་དུས་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་དེར་བསྟན་ནས་གོ་བདེ་བའི་སྤྱད་དུ་དཔེར་  
 བཟོད་པར་མངོན་ལ། དེ་ཡང་སིངས་སྤྱི་པ་ནི་འཛམ་བུ་  
 སྤྱིང་འདྲིའི་བྱེ་བྲག་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱིང་སྤྱན་ཞིག་སྟེ། སྤྱོད་  
 དཔོན་རྒྱ་སྤྱི་རང་གི་འབྲུངས་ཡུལ་ཡང་ཡིན། སྤྱན་  
 ཡུལ་དང་ཉེ་བ་ཞིག་དུ་ཡོད་པར་གྲགས། སྤྱིང་དེ་ན་  
 བྱད་མེད་པས་ཅན་ཤིན་དུ་མང་པོ་ཡོད་པས་བྱད་མེད་  
 བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་སྤྱིང་ཡིན་པ་དང་། རྒྱ་མཚོན་  
 དེས་དེ་ན་སོང་བའི་ཚོང་པ་རྣམས་ཀྱང་ཚུར་ལོག་རྒྱ་མི་  
 ཡོང་བར་གནས་ཆགས་འགྲོ་བ་ཤས་ཆེ་ཞིང་། སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཡང་སྤྱོད་མི་ཞིག་ནས་དར། དེ་ཐམས་  
 ཅད་ཉན་ཐོས་རྒྱུ་དང་པ་ཡིན། བྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་  
 མང་དུ་འཕེལ། གསང་སྤྱོད་པར་ཡོད་མེད་མ་དེས། ས་  
 མཚན་རྒྱུ་ཞེས་པའི་རི་ཡང་སྤྱིང་དེ་ཉིད་དམ་རྒྱ་གར་གྱི་

ཡུལ་གང་རུང་ན་ཡོད་པར་མངོན་པས་རི་སྒྲིང་དེ་  
 གཉིས་གནས་སྐབས་ཉི་ཆེ་བའི་དཔེར་བཟོད་ཅམ་ཡིན་  
 པས། བོད་འབྲེལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་རི་ཀུན་ནས་བརྟེན་  
 པ་ལ་སོགས་པ་གསེར་གྱི་རི་བདུན་དང་། སིངས་ལའི་སྒྲིང་  
 བཞི་དང་། རོལ་མཚོ་བདུན་ལ་སོགས་པ་ཞེས་བྲིས་པ་ནི་  
 མི་འཐད་ཅིང་། རྒྱ་ཇོ་སྤེལ་གྱི་ཞེས་པ་སྤྱི་གཅིག་  
 དོན་མང་དང་། མངོན་བཟོད་ཀྱི་བསྟན་བཅས་རྣམས་  
 རྒྱལ་ཡོད་དང་། ཡལ་གའི་ལྷག་ཕྱན་ལ་འཇུག་པ་ཅམ་  
 ལས་མ་བཤད་ཀྱང་། གཞུང་འདིའི་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་  
 རྒྱལ་སྐབས་གཞན་དུ་སྤྱོད་བ་ངན་པ་ལ་ཡང་འཇུག་པ་  
 བཤད་པ་ཉུང་ན། རྒྱལ་པོའི་སྐབས་སུ་ཁྱོད་ནི་སྤྱོད་བ་ངན་  
 པའི་མཚན་ཉིད་ལས་ཐོག་པ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་རྩི་བོ་  
 ཡིན་པས་སྤྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷག་མ་ཅན་དེ་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལས་  
 དམན་ནོ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་འང་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱོད་  
 དཔོན་ངག་དབང་གྲགས་པའི་འབྲེལ་བར་སྤྱི་རྒྱལ་པོ་

ཤེ་ཁྲ་ཞེས་པ་ལོར་རྒྱས་ཀྱི་བྱ་ཡིན་པར་བཤད། ཡོངས་  
གྲགས་ལྟར་ན་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་མཐའ་ཡས་སོ། །དེ་བས་ན་  
དཔེར་བཟོད་པ་འདིར། ལག་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི་རྗེར་གྱུར་  
ཕྱིར། །ཞེས་པའི་གཏན་ཆོགས་སམ་རྒྱ་མཆན་བཀོད་  
པས་ལྷའི་རྒྱལ་པོ་མི་བདག་ལས་དམན་པར་བསྐྱབས་  
པས་ན་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་ཚྭ་པ་ཅན་ནམ་རྒྱ་མཆན་  
ཅན་གྱི་ཚྭ་པ་ཅན་ཞེས་བྱའོ།

དོན་བསྐྱུ་ཞིང་མཆོམས་སྐྱར་བ་ནི།

སྐྱ་དག་འཇུག་པར་མཚུངས་པ་ཡི། །

ཚྭ་པ་ཅན་ནི་འདི་འདྲ་སྟེ། །

རྟོགས་པར་གྱུར་པས་མཚུངས་པ་ཡང་། །

ཡོད་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་སྐྱབ། །

སྐྱེ་འབྱུག་པ་འཕ་སྐྱེས་ཟིན་པས་དངོས་པོ་གཉིས་  
མཚུངས་པ་སྐྱར་ཐ་དད་དུ་འབྱེད་པའི་ཚྭ་པ་ཅན་ནི་  
བཤད་ཟིན་པ་དེ་རྣམས་ཡིན་པས་འདི་འདྲ་སྟེ་ཞེས་  
གསུངས།

༢ དོན་གྱིས་གོ་བའི་མཚུངས་པ་ལས་འབྱེད་བྱེད།  
སྐྱར་འཆད་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་ནི་སྐྱེས་ཟིན་པ་མེད་  
ཀྱང་དོན་གྱི་གོ་བས་དངོས་པོ་གཉིས་མཚུངས་པར་  
རྟོགས་པ་ལས་འབྱེད་པའི་ཚྭ་པ་ཅན་གྱི་རིགས་དེ་ལྟ་  
བུ་ཡོད་པ་དེ་ནི་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པ་སྟེ་དཔེར་བརྗོད་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལས་དང་པོ་རྟོན་གྱི་དབྱེ་བའི་ཚྭ་པ་ཅན་ནི།

ཁྱོད་གྱི་གདོང་དང་པར་སྟེ།

འདི་གཉིས་གྱི་ནི་ཁྱད་པར་ཡང་།

པར་ཁྱུ་ལས་སྐྱེས་པ་དང་།



ཁྱོད་གདོང་ཁྱོད་ལ་བརྟེན་པའོ།

མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་དང་པར་ལྷན་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་  
པར་ནི་པར་ཁྱུ་ལས་སྐྱེས་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་  
ཁྱོད་རང་གི་ལྷན་ལ་བརྟེན་པ་འདིའོ་ཞེས་པ་འདི་ལ་  
གདོང་དང་པར་ལྷན་གཉིས་མཚུངས་པ་སྐྱེས་དངོས་སུ་  
བསྟན་པ་མེད་ཀྱང་ཁྱད་པར་སྐྱེས་པས་མཛེས་པ་སོགས་  
ཀྱི་མཚུངས་ཆོས་ཤུགས་ལས་རྟོགས་བྱུང་བྱས་ནས། དེ་  
ལྟར་མཚུངས་པ་དེ་འབྱེད་བྱེད་ཁྱུ་དང་ལྷན་ཀྱི་རྟེན་ཐ་  
དད་པས་མི་འདྲ་བར་སྟོན་པའོ།

འགྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག་གིས་སྟོན་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟེན་  
ཀྱི་དབྱེ་བ་ཅན་ཡིན་པས་མིང་འདོགས་དེ་ལྟར་མི་  
ལེགས་ཟེར་ཡང་བརྗོད་ཚུལ་ལ་མ་སྟོན་པར་དོན་ཀྱི་  
ཤུགས་ལས་དཔེ་དང་དཔེར་བྱའི་དངོས་པོ་དག་ཐ་དད་  
པ་ཅན་ནི་སྟོན་པ་ཅན་ཁོ་ནར་མ་ཟད་འཁྱོག་པོར་

བཟླ་དང་པའི་རྒྱ་ནག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཡིན་མོད་  
 ཀྱང་། འདིར་ནི་རྟེན་བརྟེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ཟླས་ཕྱི་བའི་  
 རྟེན་མཛེས་མའི་ལྷས་དང་ཆུ་ཡིས་ཐ་དད་པར་བསྟན་  
 པ་འདི་ལྟ་བུ་གཞན་ལ་མེད། ལྷ་ལྱང་གི་དཔེ་དང་འདི་  
 གཉིས་བཟླ་དང་ཆུ་ལྱེ་ཅམ་ལ་འདྲ་ཡང་ཁྱད་པར་ནི་དེ་  
 ལ་གཞོང་དང་ཟླ་བ་གཉིས་རྟེན་མཛེས་མའི་ལྷས་དང་  
 རྣམ་མཁའ་སྟེ་གང་དུ་མཐོང་བའི་གནས་ཐ་དད་པ་  
 འདི་ཁོ་ན་ཁྱད་པར་ཡིན་གྱི་གཞན་མེད་དོ་ཞེས་ངེས་པ་  
 ཁས་ཟུངས་པའི་སྒྲི་ནས་ཁྱད་པར་སྟོས་པ་དེ་ལས་  
 གཞན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནས་མཚུངས་སོ་ཞེས་  
 མཚུངས་ཆོས་གཙོ་བོར་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་རྟེན་  
 ཐ་དད་པའི་ཁྱད་པར་ཅམ་བཟླ་དང་པས་འབྱེད་བྱེད་གཙོ་  
 བོར་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་ཅན་སྟག་པའི་ཕྱོག་པ་ཅན་ནི།

རི་དྲགས་མིག་ལ་སྒྲིན་སྒྲིག་དང་། །

ཚྱུས་པའི་དམར་བས་རིག་པ་མེད། །

བྱོད་ཀྱི་མིག་ནི་གཉིས་པོ་འདི། །

ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཉིད་ཀྱིས་བརྒྱན། །

རི་དྲགས་ཀྱི་མིག་མཛེས་པའི་དཔེར་བྱེད་པ་དེ་ལ་ཡང་  
སྒྲིན་མ་རྣམ་པར་གཡོ་བའི་རོལ་སྒྲིག་དང་ཆགས་ཚྱུས་  
ཀྱི་དམར་བས་རིག་པ་མེད་ལ། མཛེས་མ་བྱོད་ཀྱི་མིག་  
གཉིས་པོ་འདི་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་གིས་བརྒྱན་ནོ། །ཞེས་  
པ་འདི་ལ་རི་དྲགས་དང་མཛེས་མའི་མིག་དག་འདྲ་བ་  
སྒྲིས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཡང་འབྱེད་བྱེད་བརྗོད་པའི་  
ཤྱགས་ལས་གཡོ་བ་དང་མཛེས་པ་ལ་སོགས་པས་འདྲ་  
བར་རྟོགས་པའོ། །འོ་ན་དཔེར་བརྗོད་སྔ་མ་དང་བྱོད་  
པར་མེད་དམ་ཞེ་ན་ཡོད་དེ། སྔ་མར་དབྱེ་བ་ཙམ་ཞིག་

བསྟན། །འདིར་ནི་སྟག་པ་ཉིད་བསྟན་ཏོ། །བཤད་མ་  
 ཐག་པའི་དཔེར་བཟོད་སྒྲ་ཕྱི་གཉིས་པོ་མཚུངས་ཆོས་  
 སྒྲས་དངོས་སུ་མ་བསྟན་ཡང་འབྱེད་བྱེད་བཟོད་པའི་  
 རྒྱགས་ལས་རྟོགས་པ་ལ་འདྲ་ཡང་། དཔེར་བཟོད་སྒྲ་  
 མར་ནི་རྟོན་ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བ་ཙམ་ཞིག་བསྟན། ཕྱི་མ་  
 འདི་ལ་དཔེ་བས་དཔེ་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་སྟག་པར་  
 བསྟན་པའི་བྱུང་པར་ཡོད་དོ། །

༣ འབྱེད་བྱེད་མཚུངས་པའི་སྟོག་པ་ཅན།

གསུམ་པ་འབྱེད་བྱེད་མཚུངས་པའི་སྟོག་པ་ཅན་ལ་  
 བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

སྤར་ཡང་མཚུངས་པའི་སྟོག་པ་ཅན། །

གཞན་དག་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །

མཚུངས་ཚེས་ཀྱིས་འདྲ་བ་ལས་ཚྭ་པ་ཅན་དེ་རྣམས་  
བསྟན་ཟེན་ནས། སྤར་ཡང་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་མཚུངས་  
པའི་ཚྭ་པ་ཅན་གྱི་དབྱེ་བ་གཞན་དག་རབ་ཏུ་བསྟན་  
པར་བྱའོ་ཞེས་པའོ། །དེ་ལས་དང་པོ་མཚུངས་ཚེས་སྤྱི་  
ཟེན་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་མཚུངས་པར་རྟོགས་པའི་ཚྭ་པ་  
ཅན་ནི།

ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་དང་པར་དཀར། །

རྒྱས་ཤིང་དྲི་བཟང་ལྡན་པ་སྟེ། །

པར་ལ་ནི་བྱང་བ་འཁོར། །

ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་རབ་གཡོ། །

བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཁྱེད་ཀྱི་གདོང་པ་དང་པར་དཀར་  
པོ་གཉིས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་དང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དྲི་  
བཟང་པོ་དང་ལྡན་མོ་ཞེས་པ་ནི། དེ་གཉིས་མཚུངས་

པའི་ཚས་རྒྱས་པ་དང་དྲི་བཟང་ལྷན་པ་སྐྱས་དངོས་སུ་  
ཟེན་པའོ། །པརྩ་ལ་ནི་བྱང་བ་འཁོར་ཞིང་ཟེང་ལ་བྱོད་  
ཀྱི་གདོང་ལ་མིག་རབ་ཏུ་གཡོ་བ་ཙམ་བྱུང་པར་  
རོ། །ཞེས་པ་ནི་འབྱེད་བྱེད་དེ་དེ་གཉིས་ཀྱང་གནག་ཅིང་  
འཕྱལ་བ་དང་མཛེས་པ་ལ་སོགས་པས་མཚུངས་པ་ཡིན་  
ཅིང་། དེས་ན་མཚུངས་ཚས་དང་འབྱེད་བྱེད་གཉིས་ཀ་  
སྐྱས་ཟེན་པའོ།

གཉིས་པ་མཚུངས་ཚས་ཤུགས་ལས་སྟོན་ཅིང་འབྱེད་  
བྱེད་སྐྱས་ཟེན་པའི་ཚྭ་པ་ཅན་ནི།

ཟླ་བ་འདི་ནི་མཁའ་ཡི་རྒྱ། །

ངང་པ་འདི་ནི་ཆུ་ཡི་རྒྱ། །

མཁའ་འདི་རྒྱ་སྐར་ཕྱེང་བ་ཅན། །

ཆུ་འདི་ཀྱ་མུའ་རྒྱས་པ་ཅན། །

ཟླ་བ་མཐོང་བཞིན་པ་འདི་ནི་ནམ་མཁའ་མཛེས་པའི་  
རྒྱན་ཡིན་ལ། ངང་པ་དཀར་པོ་འདི་ནི་ཆུ་གཏེར་ཆེན་  
པོ་མཚོའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་ནམ་མཁའ་དྲངས་  
པ་འདི་ནི་རྒྱ་སྐར་གྱི་སྤང་བ་ཅན་ཡིན་ལ། ཆུ་འདི་ནི་མེ་  
ཏོག་ཀྱི་ཆུ་དྲུས་པའི་སྤང་བ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

འདིར་ནི་ཟླ་བ་ངང་པ་དག།

དཀར་བ་ཉིད་སྐྱོག་སྐྱོག་པ་དང་། །

མཁའ་དང་ཆུ་ནི་དག་པར་ཡང་། །

རྒྱ་སྐར་པར་མཚུངས་པའི་དབྱེ་བ་བྱས། །

དཔེར་བཞིན་མ་ཐག་པའི་སྒྱུར་བ་འདིར་ཟླ་བ་དང་  
ངང་པ་དག་དཀར་བ་དང་མཛེས་པ་ལ་སྐྱོག་པས་  
དང་། མཁའ་དང་ཆུ་ནི་དག་པ་དང་སྒྲིབ་པ་སྐྱོག་པས་

མཚུངས་ཆོས་ཡིན་ཀྱང་དངོས་སུ་སྒྲས་ཟེན་པར་མ་སྒྲས་  
ནས་ཤུགས་ལས་རྟོགས་བྱར་བྱས། མཚུངས་པ་དེ་ལས་  
འབྱེད་བྱེད་མཁའ་རྒྱན་དང་ཆུ་རྒྱན་རྒྱ་སྐར་གྱི་ཕྱིང་བ་  
ཅན་དང་ཀྱ་ཟུང་གྱི་ཕྱིང་བ་ཅན་སོགས་ཁྱད་པར་གྱི་  
དབྱེ་བར་བྱས་པ་ཁོ་ན་སྒྲས་དངོས་སུ་སྒྲས་པའོ། །

ངག་སྒྱུར་དེ་དག་གཏན་ལ་འབེབས་པ།

སྒྲ་མ་ལ་ནི་སྒྲ་ལྡན་མཚུངས། །

གཉི་ག་ལ་ཡང་ཐ་དད་དབྱེ། །

བྱང་བ་མིག་ལ་སོགས་པ་མཚུངས། །

དེ་བྱིར་མཚུངས་པའི་ཕྱོག་པ་ཅན། །

དཔེར་བརྗོད་སྒྲ་མ་ལ་རྒྱས་ཤིང་དྲི་བཟང་ལྡན་པ་ཞེས་  
སྒྲ་ལྡན་ཏེ་མཚུངས་པ་སྒྲས་ཟེན་པ་དང་། བྱི་མ་ལྷ་བ་  
འདི་ནི་སོགས་ལ་མཚུངས་ཆོས་ཤུགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་ཅན་



ཡིན་གྱི་སྐྱེས་ཟེན་དངོས་སུ་སྒྲིམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་ལ།  
 དཔེར་བརྗོད་སྤྱི་ཕྱི་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཐ་དད་དུ་བྱེད་  
 པའི་འབྱེད་ཆོས་བྱང་བ་དང་མིག་དག་དང་། ལ་སོགས་  
 པས་ཟླ་བ་དང་ངང་བ་དག་དང་རྒྱ་སྐར་དང་ཀྱ་མཁའ་གྱི་  
 བྱང་བ་སྟེ་བྱང་གསུམ་པོའི་འབྱེད་བྱེད་ཀྱང་མཚུངས་  
 ཤིང་། དེ་ནམས་ཀྱིས་མཚུངས་ཆོས་ལས་ཐོག་པའི་བྱིར་  
 མཚུངས་པའི་ཐོག་པ་ཅན་ནོ། །ཡང་ན། སྤྱི་མ་ནི་  
 མཚུངས་ཆོས་རྒྱས་པ་དང་། གྲི་བཟང་བ་དང་། མཛེས་  
 པ་ལ་སོགས་པ་ཡོད་པ་སྐྱེས་ཟེན་ཅིང་། དེ་ལས་བྱང་བ་  
 དང་མིག་དག་གི་འབྱེད་བྱེད་ཀྱིས་རྒྱས་ཤིང་གྲི་བཟང་  
 ལྡན་པའི་མཚུངས་ཆོས་ལས་ཐོག་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་  
 སྤྱི་མ་ཁོ་ན་མཚུངས་པའི་ཐོག་པ་ཅན་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 འཆད་པའི་ལུགས་ཀྱང་ཡོད་དོ། །འོ་ན་དེ་ལྟར་འཆད་  
 པའི་སྐབས་སུ་དཔེར་བརྗོད་བྱི་མ་ལའང་ཟླ་བ་དང་  
 ངང་བ་དག་དཀར་བ་དང་། མཁའ་དང་རྒྱ་གཉིས་དག་

བ་དང་། རྒྱ་སྐར་དང་ཀྱ་མུད་ཀྱི་ཕྱིང་བ་དག་མང་ཞིང་  
 མཛེས་ལ་རྣམ་པར་བཀྲ་བའི་མཚུངས་ཆོས་དུ་མ་ཡོད་  
 བ་ལས། རྩོག་པ་ཅན་ཡིན་ན་འདྲིར་སྤྲ་མ་ཁོ་ན་མཚུངས་  
 བའི་རྩོག་པ་ཅན་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཞེ་ན།  
 དཔེར་བཅོལ་བྱི་མ་ལ་མཚུངས་ཆོས་མང་པོ་ཡོད་མོད་  
 ཀྱང་དངོས་སུ་སྐྱས་མ་བཅོལ་བའི་ཕྱིར་འདྲིར་མཚུངས་  
 བའི་དོན་དུ་མ་བཤད་ལ། དཔེར་བཅོལ་སྤྲ་མ་ལ་ནི་  
 གཏོང་བ་དང་པར་དཀར་པོ་གཉིས་རྒྱས་ཤིང་དྲི་བཟང་  
 བའི་མཚུངས་ཆོས་སྐྱས་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 ཁོ་ན་མཚུངས་པ་གོ་ཆོད་པར་བསམ་པ་སྟེ་འཆད་ཚུལ་  
 མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཞིག་གོ།

༥ རིགས་མཐུན་ལས་འབྱེད་པའི་རྩོག་པ་ཅན།  
 བཞི་པ་རིགས་མཐུན་ལས་འབྱེད་པའི་རྩོག་པ་ཅན་ནི།  
 རིན་ཆེན་སྤང་བས་མི་འཕྲོག་ཅིང་།

ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་མི་སྒྲིག་པ། །

ལང་ཚོ་ལས་བྱུང་ན་ཆུང་གི། །

ཐུན་པས་སྟ་བ་འགོག་པར་བྱེད། །

ནོར་བུ་རིན་པོ་ཆའི་སྒྲུང་བས་མི་འཕྲོག་པ་སྟེ་མི་སེལ་  
ཞིང་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་ཀྱང་བསྒྲིག་ཅིང་གསལ་བར་བྱེད་  
མི་རྒྱས་པ། ན་ཆུང་གཞིན་རྒྱ་རྣམས་ཀྱི་ལང་ཚོ་དར་ལ་  
བབས་པ་ལས་བྱུང་བ་འདྲོད་པའི་ཆགས་ཚུས་ཀྱི་ཐུན་  
པ་མི་བཟད་པ་འདིས་བྱ་བར་འོས་པ་དང་མི་འོས་པའི་  
སྒྲུང་སྒྲངས་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་ལ་སྟ་བ་འགོག་ཅིང་  
སྒྲིབ་པར་བྱེད་པས་ན་ཐུན་པ་སྟེ་དེས་མཐོང་བ་སྒྲིབ་  
པར་བྱེད་དོ། །

དེ་བཤད་པ།

ཐུན་པའི་རིགས་ལས་ཐུན་པ་འདི། །

ལྷ་བ་འགོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མཚུངས། །

གཞན་དག་གིས་ནི་ཐ་དད་བསྟན། །

འདི་ནི་རིགས་མཐུན་ཚྭ་པ་ཅན། །

ལང་ཚྭ་ལས་བྱུང་བའི་མི་ཤེས་པའི་ཐུན་པ་འདི་སྤང་  
དོར་གྱི་གནས་ལ་ལྷ་བ་འགོག་ཅིང་མི་མཐོང་བར་བྱེད་  
པའི་སྒྲོ་ནས་རབ་དུ་གྲགས་པ་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཐུན་པ་དང་  
རིགས་མཐུན་པར་གྱུར་པ་ལ། སྤར་འབྱེད་བྱེད་ཕྱི་རོལ་  
གྱི་ཐུན་པ་ནི་རིན་པོ་ཆེ་དང་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་སེལ་བར་  
རྒྱས་ཤིང་། ལང་ཚྭ་ལས་བྱུང་བའི་ཐུན་པ་ནི་དེ་དག་གི་  
འོད་ཀྱིས་བསལ་མི་རྒྱས་པས་ཐུན་པ་དེ་གཉིས་ཐ་དད་  
དུ་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རིགས་མཐུན་ལས་འབྱེད་པའི་ཚྭ་  
པ་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཀྱ་ན་ལའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་  
འདབ་དུ། དུལ་ན་བསེལ་བའི་ཆུ་རྒྱན་འབྲུབ་མོད་  
ཀྱང་། །མྱ་ངམ་ཐང་རྣམས་དག་ནི་གདུང་བར་

འགྱུར། ཁྱི་མ་ཤར་ཡང་ཆགས་པས་གཟེར་རྣམས་  
ལ། རྩོགས་མཆོམས་རྣམས་ནི་འཇིགས་རུང་ཐུན་པ་  
ཡིན། ཁྱིས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ།

དོན་རྒྱན་དགུ་པ། སྤེད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།  
དགུ་པ་སྤེད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་  
མདོར་བསྟན། དཔེར་བརྗོད་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་པ་ནི།

རབ་དུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་བསྐྱོག་ནས། །

གང་ཞིག་རྒྱ་གཞན་རུང་ཟད་དམ། །

གང་དུ་རང་གི་ངོ་བོ་ཉིད། །

སྟོན་པ་དེ་ནི་སྤེད་པ་ཅན། །

ཚིག་སྒྱུར་གང་དུ་བསྟན་བྱའི་འབྲས་བུ་འགའ་ཞིག་གི་  
 རྒྱ་འཇིག་རྟེན་ན་རབ་དུ་གྲགས་པ་མཐོང་བ་དང་མ་  
 མཐོང་བ་དག་གི་ངེས་པ་བསྟོན་ཅིང་བཀག་ནས། དེ་  
 ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་རུང་ཟད་ཤུགས་ཀྱིས་སྟོན་པ་སྟེ་  
 རྟོགས་པར་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་རབ་དུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་  
 བསལ་ཞིང་རྒྱ་གཞན་གང་རུང་ལའང་མི་སྟོས་པར་རང་  
 གི་ངོ་བོ་དངོས་པོའི་ཚོས་འབྲས་བུར་གྲུབ་པ་ཉིད་ཅུ་  
 སྟོན་པ་དེ་དག་གང་ཡང་རུང་བ་ནི་སྤྱིད་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་  
 ཡིན། འདི་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་རྒྱ་མེད་པ་ལས་ཀྱང་འབྲས་བུ་  
 སྤྱིད་པས་ན་སྤྱིད་པ་ཅན་ཞེས་འཆད་པ་ནི་མི་ལེགས་ཏེ།  
 རྒྱ་དཔེར་མི་སྟོན་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་འཇིག་རྟེན་རྣམ་པ་ཇི་  
 ལྟར་སྤྱིད་པ་དེ་ལྟ་བུ་བཟོད་པས་ན་སྤྱིད་པ་ཅན་ཞེས་  
 བྱའོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་ཅིང་བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྒྱ་  
གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་དང་། རང་གི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་  
པའོ། །

༡ རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའི་སྤྱི་པ་ཅན།  
དང་པོ་ནི།

མ་འཐུངས་ཕྱིས་པའི་ཀ་དཔྱ། །

མ་ཕྱིས་དྲི་མ་མེད་པའི་མཁའ། །

གྲུང་པར་མ་བྱས་དྲུངས་པའི་ཁྱ། །

འགྲོ་བའི་ཡིད་ནི་འཕྲོག་པར་བྱེད། །

སྒྲན་མ་བསྐྱས་པར་དཀར་མེན་མེག། །

མནན་པ་མེད་པར་སྒྲན་མ་དམའ། །

ཆོན་མ་བསྐྱས་པར་དམར་བ་ནི། །

མཛེས་མ་བྱོད་ཀྱི་མཆུ་འདིའོ། །

ཚུམ་པའི་རྒྱ་འཛིག་རྟེན་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་ཆང་དང་  
 སྤང་རྩི་འབྱུངས་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཀ་དཔྱ་ཞེས་  
 བྱ་བ་བོད་ཀྱི་སྐད་ལ་མཐིང་རིལ་དུའང་བསྐྱར་བ་ཆུ་ལ་  
 རྒྱ་བའི་བྱ་སྐད་སྟན་པར་སྒྲིག་པར་བྱེད་པ་འདིས་ནི་དེ་  
 དག་འབྱུངས་པ་མེད་ཀྱང་ཚུམ་པས་ལུས་གཉོད་གཉོད་  
 བོར་གྱུར་པ་དང་། གྲི་མ་མེད་པར་དྲངས་པའི་རྒྱ་བྱིས་  
 པ་ཡིན་པར་གྲགས་ཀྱང་སྤྱོད་མེད་པའི་ནམ་མཁའ་སྒྲོ་  
 སངས་ཀྱི་མདངས་འཛིན་པ་འདི་ནི་བྱིས་པ་མེད་ཀྱང་  
 གྲི་མ་མེད་པར་དྲངས་པ་དང་། ཆུ་གྱང་བའི་རྒྱ་ལོར་བྱ་  
 ཀེ་ཏ་ཀ་སྟེ་ཆུ་དྲངས་སུ་གྲགས་པས་བསྐྱང་བ་ཡིན་པར་  
 རབ་ཏུ་གྲགས་ཀྱང་དེ་འདྲས་གྱང་བར་མ་བྱས་པར་  
 དྲངས་པའི་རྒྱ་གྱང་སྒྲོ་དྲངས་སྟོག་པ་དང་བྲལ་བ་ཅན་  
 ཞེས་འཛིག་རྟེན་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་རྒྱ་གསུམ་བསྒྲིག་



ནས་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་ཀའི་དུས་ལ་བབས་པ་  
 སྟོན་པར་བྱེད་པ་སྟེ། སྟོན་ཀའི་དུས་སུ་རྒྱ་བྱ་ཀ་དཔྱའི་  
 ལུས་སྟོས་པ་ལྟ་བུར་སྤང་ཞིང་། རྣམ་མཁའ་དང་རྒྱ་བོ་  
 ཀྱན་དག་ཅིང་དྲངས་པའི་ཆོས་འདི་རྣམས་ཡོད་པས་  
 སོ།།

ཡང་ན། རྒྱ་གྱི་སྦྱོར་བ་དེ་ཉིད་ནང་སྦྱོས་བྱའི་ལུས་ལ་  
 དཔེར་བརྗོད་ན། མིག་གཞན་ཅིང་མཛོས་པའི་རྒྱ་མིག་  
 སྤྱན་ནག་པོ་བསྐྱས་པ་ཉིད་ཡིན་པར་འཇིག་རྟེན་ན་སྟེ་  
 རྒྱ་བལ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་ཀྱང་རི་  
 དྲགས་མིག་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གཉིས་པོ་འདི་ནི་མིག་  
 སྤྱན་མ་བསྐྱས་པར་ཡང་གཞན་ཅིང་གཡོ་བར་མཐོང་ལ།  
 དམའ་བའི་རྒྱ་མནན་པ་ཡིན་པར་གྲགས་ཀྱང་ལུས་སྤྱ་  
 མ་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱིན་མ་དག་མ་མནན་པར་དམའ་བ་དང་།  
 དམར་བའི་རྒྱ་རྒྱ་སྦྱོགས་ཀྱི་ཁུ་བལ་སོགས་པ་ཆོན་

དམར་པོ་བྱུགས་པ་ལས་འབྱུང་བར་གྲགས་ཀྱང་།  
 མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མཆུ་སྒྲོས་ལ་ཚོན་མ་བསྐྱས་པར་ཡང་  
 དམར་རོ། །ཞེས་རབ་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་གསུམ་བཀག་ནས་རྒྱ་  
 གཞན་ཅུང་ཟད་ལང་ཚོའི་དུས་ལ་བབས་པ་སྟོན་  
 པའོ། །དེས་ན་དཔེར་བཅོལ་སྤྱི་འདི་གཉིས་ཀ་ལ་རྒྱན་  
 ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བ་ཅི་ཡང་མེད། །རྒྱན་དེ་གང་ལ་སྦྱར་  
 བའི་ཡུལ་གྱི་སྦྱར་གཞིའམ་བཅོལ་བྱ་ཐ་དད་པ་ཙམ་ཁོ་  
 ན་སྟེ། རྒྱན་གཅིག་ལ་དཔེར་བཅོལ་གཉིས་མཛད་པ་  
 ཡིན་པར་གཞུང་རང་ལས་ཀྱང་གསལ་ཏེ། དཔེར་བཅོལ་  
 གཉིས་ཀ་ཐུན་མོང་དུ། གང་ཕྱིར་མ་འབྱུངས་སོགས་  
 ཀྱང་པ་གཉིས་ཀྱི་བཤད་པས་བསྐྱས་པ་དང་། རྒྱ་འགྲེལ་  
 གཉིས་ཀ་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཤད། བོད་ཀྱི་དཔང་  
 རྒྱུ་དང་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་འགྲེལ་པ་སོགས་སྤྱི་  
 འགྲེལ་དག་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་། ཕྱིས་ནས་དེ་  
 གཉིས་ལ་མིང་འདོགས་དང་ཐ་དད་པའི་དབྱེ་བ་དུ་མ་

ཞིག་བྱས་མོད་ཀྱང་གཞུང་དོན་གྱི་གནད་ལ་མ་རེག་  
 པའི་རྟོག་བཏགས་ཁོ་ནར་གསལ། དེ་ལྟར་འཆད་པའི་  
 ཆོ་བོད་མཁས་པའི་དོན་རྒྱ་དོགས་གཙོད་དུ། རབ་  
 གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱོག་པ་ལ་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་འགོད་  
 པའི་རྒྱ་གང་རྒྱུ་ཅི་ཞེས་བཀག་ནས། རང་བཞིན་  
 དཔེར་བརྗོད་སྐྱེ་མ་ཕྱིར་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་པའི་  
 སྤྱིད་པ་ཅན་དང་། ཕྱི་མ་ནང་གི་རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་  
 སྟོན་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན་ཞེས་འགྲེལ་པར་བཀོད་ཀྱང་། དེ་  
 བེ་བརྗོད་བྱུང་མ་བཟུན་བྱ་ཐ་དད་ཅུ་ཡིན་གྱི་རྒྱུ་མི་  
 འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ག་ལ་ཡིན། གལ་ཏེ་ཡིན་ན་རྒྱུ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་བརྗོད་བྱ་ཐ་དད་པ་ཇི་སྟེད་ལ་སྦྱར་  
 ཅུང་བས་དེ་ཀྱན་རྒྱུ་གྱི་དབྱེ་བར་འགྱུར་ན་གཉིས་ཁོ་  
 ནར་མ་ཟད་ཐུག་མེད་དུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །འོན་ཀྱང་  
 དཔེར་བརྗོད་གཉིས་མཛད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་སོགས་འདི་  
 ཡིན་གྱི་གསལ་ཁ་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་མ་བཤད་ཀྱང་། རབ་

གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བཀག་ནས་ཡང་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་  
 གཞན་ཅུང་ཟད་དངོས་སུ་སྒྲས་མ་བེན་པར་གྲགས་ཀྱིས་  
 གོ་རུས་སུ་སྟོན་པ་ཞིག་སྒྱུར་དགོས་པ་སོགས། རྒྱ་  
 གཞན་པ་ཀུན་ལས་རྣམ་པ་ཆེས་ཆེར་ཐ་དད་པའི་ཕྱིར་  
 ཅུང་ཟད་རྟོགས་དཀའ་བར་དགོངས་ནས་རྣམ་པ་  
 གསལ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་གཅིག་ཉིད་ལ་བཟོད་བྱ་ཐ་དད་  
 པའི་དཔེར་བཟོད་གཉིས་མཛད་པ་འདི་ལས་གཞན་  
 དངོས་པོ་གསལ་བ་བོལ་གྱིས་སྤེད་པའི་ཆ་སོགས་ལའང་  
 ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་བཞིན་འདིར་ཡང་ཡིན་པར་གསལ་  
 མོད། ཇི་ལྟར་ནའང་གཞུང་མཛད་པ་པོས་གཞུང་ཇི་  
 ལྟར་སྐྱར་བ་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་འཆད་ཚུལ་ཉིད་ཆད་  
 མར་བྱེད་དགོས་ཀྱི་ཁུངས་མེད་བཞིན་དུ་ཡང་གསར་  
 བཟོ་མང་པོ་ལ་སློ་ཅི་གཏོད་པ་ནི་རང་ཉིད་ངལ་ཞིང་  
 བསྟན་བཅོས་ལ་སྟོད་འཇུག་པ་ཁོ་ན་ལས་དགོས་པ་  
 གཞན་མ་མཐོང་ངོ་།།

དཔེར་བཅོམ་དེ་གཉིས་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་ནི།

གང་ཕྱིར་མ་འབྲུངས་ལ་སོགས་སྟེས། །

ཚུལ་པ་ཉིད་སོགས་རྒྱ་གཞན་ཅན། །

རྒྱ་མེད་དག་ཀྱང་བཅོམ་འདོད་པ། །

དེ་ལ་འདིར་ནི་འགལ་བ་མེད། །

གང་གི་ཕྱིར་དཔེར་བཅོམ་གཉིས་པོ་འདིར་རབ་བྱགས་  
ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱོག་པ་མ་འབྲུངས་པ་ནས་ཚོན་མ་བསྐྱས་པའི་  
བར་དང་། རྒྱ་གཞན་ཅུང་ཟད་སྟོན་ཀ་དང་ལང་ཚོའི་  
དུས་ལ་བབས་པ་ལས་སྟེས་པའི་ཚུལ་པ་ནས་མཆུ་སྟོས་  
དམར་བའི་བར་གྱི་འབྲས་བུ་རྣམས་ལ་རབ་བྱགས་ཀྱི་  
རྒྱ་བཀག་པས་རྒྱ་མེད་པའང་ཡིན་ལ། རྒྱ་གཞན་ཅུང་  
ཟད་བྱགས་ལས་སྟོགས་བྱར་བྱར་པ་ལ་སྟོས་ནས་རྒྱ་  
ཡོད་པའང་ཡིན་པ་སྟེ་འབྲས་བུ་གཅིག་ལ་རྒྱ་ཡོད་མེད་

གཉིས་ཀ་འདོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་མི་འགལ་ལམ་ཞེ་ན། ལྟན་  
 ངག་གི་སྐབས་འདིར་བཞུགས་འདོད་ཀྱི་བསམ་པ་གཙོ་ཆེ་  
 བ་ཡིན་ཅིང་ཐམས་ཅད་དུ་བཞུགས་བྱའི་དོན་སྐྱེས་ཟེན་  
 བས་ཀྱང་མ་ཁྱབ་ཅིང་རིག་པ་དང་དོན་གྱི་ཤུགས་དང་  
 སྐབས་ལ་སོགས་པ་ལས་རྟོགས་བྱུང་བྱུང་པ་དུ་མ་  
 འབྱུང་བའི་བྱུང་། འདིར་ཡང་འགལ་བ་མེད་པར་མ་  
 ཟད་འདི་ལྟ་བུའི་ལྟན་པ་ལ་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་  
 གཅོགས་ཆེ་བར་ཡང་གྲགས་སོ། །འདིར་ཆོག་རྒྱུ་མ་  
 གཉིས་དཔེར་བཞུགས་འོག་མ་འཆད་པའི་དམ་བཅར་  
 འགྲེལ་བ་ནི་རྒྱ་འགྲེལ་དང་མི་མཐུན་ཅིང་ཤོད་དཔང་  
 མཁས་པའི་འཆད་ཚུལ་དང་འགལ་བའི་རྟོག་བྱུགས་  
 འབའ་ཞིག་གོ།

༡ རང་གི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན།

གཉིས་པ་རང་གི་ངོ་བོ་ཙམ་སྟོན་པའི་སྤྱིད་པ་ཅན་ནི།

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཁ་ངེ་ཞིས། །

ཟོལ་མེད་པར་ཡང་ལྷས་པོ་མཛེས། །

རྒྱ་མེད་དག་ཏུ་ཟླ་བ་དག། །

རྒྱ་མཚན་མེད་པར་འདོད་པ་གྲོགས། །

གྱེ་མཛེས་མ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་གྱེ་ཁའི་དབྱགས་རང་  
བཞིན་ཏེ་ངོ་བོ་ཉིད་གྱིས་ངེ་ཞིས་པ་དང་། ཟོལ་བྱས་པ་  
མ་ཡིན་པར་རང་གི་ངང་གིས་ལྷས་མཛེས་ཤིང་ཡིད་ཏུ་  
འོང་བའོ། །ཞེས་པ་དང་། བྲལ་བས་ཉེན་པ་རྣམས་ལ་  
འཁོན་པའི་རྒྱ་མེད་པ་སྟེ་གཞོན་པ་མ་བྱས་ཀྱང་ཟླ་བ་  
འདི་དག་གྱུར་པ་དང་། ཕན་བཏགས་པ་སོགས་མཐུན་  
པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་འདོད་པའི་ཆགས་པ་  
འདི་ནི་ནམ་ཡང་མི་འདོར་བར་རྟག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་  
གྲོགས་སུ་འཐམ་པར་གྱུར་ཏོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

རང་བཞིན་གྱི་སྒྲིག་སྒྲིག་ཆོག་གིས་འདྲི།

རྒྱ་ནི་དངོས་སུ་རབ་བསྐྱེད་ཅིང་།

དྲི་ཞིམ་ཉིད་སྒྲིག་སྒྲིག་འབྲས་སུ་བཅོད།

དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་སྐྱེད་པ་ཅན།

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་བར་གྱིས་འཇིག་  
ཉིན་ན་རབ་ཏུ་གྲགས་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་  
གང་ལའང་མ་སྟོས་པར་བསྐྱེད་ནས། རྒྱ་མེད་བཞིན་  
དུའང་ཁ་དྲི་ཞིམ་པ་ནས་འདྲི་པ་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་  
བར་གྱིས་འབྲས་སུ་རྣམས་དངོས་སུ་བཅོད་པ་ནི་རང་  
བཞིན་གྱི་འབྲས་སུ་ཅན་ནམ་འབྲས་སུ་རང་གི་ངོ་བོ་  
ཉིད་སྟོན་པའི་སྐྱེད་པ་ཅན་ནོ།



འདིའི་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། མཚན་ཞེས་རང་བཞིན་གྱི་  
 སྐད་དོད་ཡོད་པ་དང་། ཨ་ལྷ་ཇ་བཙུག་པ་མེན་པ་དང་  
 རྩོལ་མེད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་འབྱུག་པ་ཡིན་པས་འབྱུར་  
 བཙུག་ནས་འདིར་བཀོད་པ་ཡིན། རྒྱན་གྱི་སྦྱར་བ་འདི་  
 ལྟ་བུ་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་རབ་གསལ་གྱི་རྟོགས་  
 པ་བཟོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། བདུད་ཚིའི་ཚུ་གཏེར་མ་  
 བསྐྱབས་ཤིང་། །ཞོར་རྒྱས་ཐང་ཡང་མ་བཅད་ལ། །རི་བོ་  
 བསྐྱེལ་བ་མེད་པར་ནི། །སྤང་བོ་མཚན་འདི་སྤྱི་ཡིས་  
 བསྐྱེལ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་གཞན་ཡང་ཤེས་པར་  
 བྱོལ། །

དོན་རྒྱན་བཅུ་པ། བསྐྱེལ་བ་བཟོད་པའི་རྒྱན།  
 བཅུ་པ་བསྐྱེལ་བ་བཟོད་པའི་རྒྱན་ལ་གཉིས་ཏེ། མཚན་  
 ཉིད་དང་དཔེར་བཟོད་བཤད་པ་དང་བཅས་  
 བྱོལ། །དང་བོ་མཚན་ཉིད་ནི།

དངོས་པོ་འགའ་ལ་བསམ་བྱས་ནས། །

དེ་དང་མཚུངས་པའི་དངོས་པོ་གཞན། །

བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟོ་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་བསྐྱུས་པ་བཟོ་བྱེད་པར་འདོད། །

བཟོ་བྱེད་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ཆགས་ལྡན་ལ་སོགས་  
པ་འགའ་ཞིག་ལ་བསམ་ཞིང་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་བསམ་  
བྱའི་དོན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་དང་མཚུངས་ཤིང་འདྲ་བའི་  
བྱང་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་གཞན་བསྐྱུས་པ་སྟེ། བསམ་  
དོན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་སྟོས་ནས་དངོས་སུ་བཟོ་བྱེད་པའི་  
དངོས་དོན་དེ་ཤིན་ཏུ་ཆུང་ཞིང་བཟོ་བྱེད་བྱའི་དོན་གྱི་  
གནད་དམན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟོ་བྱེད་པ་པོའི་བསམ་བྱའི་  
དོན་དང་ཉན་པ་པོའི་གོ་བྱ་གཞན་ཞིག་སྟོན་པ་དེ་ནི་  
བསྐྱུས་པ་བཟོ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བར་མཁས་པ་རྣམས་

གྱིས་འདོད་དེ། འདི་ནི་འདྲ་བའི་དོན་གཞན་ཡང་  
 འཛིན་པས་ན་རང་གི་དོན་ཅམ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་  
 པའོ། །དེས་ན་འདིར་དངོས་སུ་བཟོད་པའི་དངོས་དོན་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསམ་དོན་དེ་ཚོད་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཅམ་  
 ཡིན་པ་ལས་སྦྱར་སྤང་བྱ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་གསུངས་  
 པ། གང་དུ་དོན་ནམ་སྐྱེ་ཡི་དོན་དེ་ནི། །ཉེ་བར་མཚོན་  
 པར་བྱས་ཤིང་རང་གི་དོན། །གསལ་བར་གྱུར་པ་སྟན་  
 ངག་བྱུང་པར་ཏེ། །སྐྱེ་ཅམ་ཞེས་པར་མཁས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་བཤད། །ཅེས་པས་སྐྱེ་ཅམ་གྱི་རྒྱན་ཞེས་ཀྱང་བྱའོ། །

༡ སྤྱིའི་བསྐྱུས་བཟོད།

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་བཤད་པ་དང་བཅས་པ་ལ་སྤྱི་  
 དང་བྱེ་བྲག་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྤྱིའི་བསྐྱུས་བཟོད་ནི།

བྱང་བ་ཇི་སྟར་འདོད་པ་བཞིན། །

པརྩ་རྒྱས་ལ་སྤང་ཅི་འཐུངས། །

དྲི་ཞིམ་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། །

མེ་ཏྲོག་ཁ་མ་བྱེ་སྦྱར་སྟོན། །

འདི་ན་བྱང་བ་འགའ་ཞིག་མེ་ཏྲོག་པརྩ་རྒྱས་པ་ལ་རང་  
ཇི་སྟར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་སྤང་ཅི་འཐུང་བཞིན་པ་  
དེས་ཀྱང་མ་ཆོམ་པར་དྲི་ཞིམ་པོ་མ་སྦྱེས་པའི་མེ་ཏྲོག་ཁ་  
མ་བྱེ་བ་ལ་ཡང་མཆུ་སྦྱར་ནས་སྤང་ཅི་གཞིབས་པའི་  
ཚུལ་བྱེད་པ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་འདོད་པ་དང་ལྡན་པས་  
ཆོག་ཤེས་མེད་པ་སྟེ། འདི་འདི་སྟར་འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་  
མངོན་པར་སྦྱགས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྟོན་ཞེས་པ་ནི་  
དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་དངོས་དོན་ཁོ་ནའོ། །དེས་སྟོན་  
པའི་བསམ་བྱའམ་ཉན་པ་པོའི་གོ་བྱ་སྟེ་དགོངས་པའི་  
དོན་དངོས་ནི།

ཆགས་ལྡན་བྱད་མེད་དར་མ་ལ། །

དགའ་བའི་ཚེ་དགས་བཅིངས་པ་དག །

བྱ་མོ་འགའ་ཞིག་དག་ལ་ཡང་། །

འདོད་པ་འཕེལ་བ་སྟོན་པར་བྱེད། །

ཆགས་ལྡན་གྱི་སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་རང་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་  
བཞིན་དུ་དར་ལ་བབས་པའི་བྱད་མེད་ལང་ཚོ་ཅན་མ་  
རྣམས་ལ་དགའ་བའི་ཚེ་དགས་བཅིངས་པ་སྟེ་ཅི་དགའ་  
བར་འདོད་པ་བསྟོན་བཞིན་པ་འདིས་ཀྱང་མ་ཆོམ་པར་  
འདོད་པ་བསྟོན་མ་རན་པའི་བྱ་མོ་ཆུང་དུ་མ་འགའ་  
ཞིག་ལའང་ཆགས་པས་མངོན་དུ་སྟོགས་ནས་འདོད་  
པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་བྱ་བ་སྟོན་པ་ལ་སྟོས། ཞེས་པའོ། །དེ་  
སྟེ་བྱའི་དགོངས་པའི་དོན་ནམ་བསམ་དོན་གྱི་བརྗོད་བྱ་  
དེ་ཉིད་ཀྱི་ནང་དུ་དངོས་སུ་བརྗོད་པའི་དངོས་དོན་དེ་

ཉིད་ཇི་ལྟར་བསྐྱུས་ནས་བཟོད་སྟམ་ན། ཆགས་ལྡན་  
 དང་འདྲ་བའི་བྱང་བ་འགའ་ཞིག་བྱང་མེད་དར་མ་ལྟ་  
 བྱའི་པར་རྒྱ་རྒྱས་པ་ལ་དགའ་བའི་ཚེ་དགས་ཏྲག་ཏུ་རོལ་  
 པ་བཞིན་དུ་སྤང་ཚེ་འཐུང་བཞིན་པ་དེས་ཀྱང་མ་ཆོམ་  
 པར་བྱ་མོ་ལང་ཆོའི་དུས་ལ་མ་བབས་པས་འདོད་པ་  
 བསྟེན་མ་རན་པ་ལྟ་བུའི་མེ་ཏྲག་དྲི་ཞིམ་མ་རྒྱས་ཤིང་ཁ་  
 མ་འབྱས་པ་འགའ་ཞིག་ལའང་འདོད་པ་འཕེལ་བའི་  
 རྣམ་འགྱུར་སྟོན་པ་དང་མཚུངས་པར་མཆུ་སྦྱར་ཞིང་  
 སྤང་ཚེ་གཞིབས་པའི་ཚུལ་བྱེད་པ་ལ་སྟོས་ཞེས་བསམ་  
 དོན་སྤྲས་ནས་དངོས་དོན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཟོད་ཀྱང་།  
 བཟོད་དོན་དངོས་ནི་བསམ་བྱའི་དོན་ཁོ་ན་ཉིད་  
 དོ། །འདི་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱལ་བའི་དབང་པོས་ཀྱང་དོ་རྩེ་ལྟ་  
 བྱའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་དགོངས་ནས་དེ་དང་མཚུངས་  
 པའི་དངོས་པོ་བྲག་ཆེན་པོ་མ་གྲུམ་པ་སེར་ཀ་མེད་པ་  
 ཁོང་སྟོང་མ་ཡིན་པ་གཅིག་ཏུ་འདུས་ཤིང་མཐེགས་པ་

དེ་ནི་ཞེས་བཀའ་སྩལ་བའི་མདོའི་ཚིག་དེ་ཙམ་ལ་  
 བསྐྱས་པ་བརྗོད་པའི་རྒྱན་དུ་བཤད་རུང་བར་སྒྲིན་གྱི་  
 མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཞེད་པ་དང་། དཔག་བསམ་  
 འབྲི་ཤིང་ལས་བསོད་ནམས་མི་དམན་པའི་རྟོགས་པ་  
 བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། རྟགས་སུ་སྤང་ཆེན་མྱོས་པ་  
 དག །དག་པོའི་སྒྲ་ནི་མ་སྒྲིགས་ཤིག །འདི་ན་སེངྒེ་སྒྲིན་  
 གྱི་སྒྲ། །བཟོད་པ་མིན་པ་རྣམ་པར་གནས། །ཞེས་པ་དང་།  
 མེ་རྟོག་དུས་སུ་རབ་ཞུགས་ཤིང་། །ཡང་ཆོ་ཅན་གྱི་  
 བརྟན་འཕྲོག་ཆོ། །སྟེ་མ་དང་འགྲོགས་བྱང་བ་ནི། །ཡང་  
 དག་རྒྱ་བ་སུ་ཡིས་བསྒྲོག །ཅེས་དང་། པརྒྱ་ཏ་སྒྲི་ཏིས། རི་  
 བོང་འཛིན་པ་རྒྱ་སྐར་ཕྱིང་བ་ཅན། །མཚན་མོ་མཁའ་ལ་  
 རྒྱ་བ་རྣམ་སྤངས་ནས། །དྲངས་པའི་རྒྱ་ནང་འདི་ན་སྒྲ་  
 བ་ཞེས། །དབྱིབས་ལ་མཚན་མར་འཛིན་པ་བྱིས་པའི་  
 སྒྲ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་དཔེར་བཅོམ་པ་ལ།

བྱད་པར་ཅན་ཅམ་ཐ་དད་ཅིང་། །

བྱད་པར་རྣམ་པ་མཚུངས་པའང་ཡོད། །

བྱད་པར་ཐ་དད་ཐ་དད་མེན། །

འདི་ནི་གཞན་པ་དག་གྲང་ཡོད། །

བསམ་དོན་གྱི་ཁོངས་སུ་དངོས་དོན་བསྐྱུས་ནས་བཅོམ་  
པ་སོགས་བསྐྱུས་བཅོམ་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་  
གང་ཞིག་བཅོམ་ཚུལ་ལམ་བཅོམ་འདོད་ཁོ་ནའི་དབང་  
གིས་བྱད་པར་ཅན་རྣམ་ཆོས་ཅན་ཅམ་ཐ་དད་ཅིང་། དེ་  
གཉིས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་རྣམ་པ་མཚུངས་པ་སྟེ་ཐ་དད་ཏུ་  
དབྱེར་མེད་པ་ཐུན་མོང་པར་གྱུར་པའི་བསྐྱུས་པ་བཅོམ་  
པའང་ཡོད་དེ། ཅམ་ཞེས་པས་བྱད་ཆོས་ཐ་དད་པ་  
གཙོད་དོ། །



ཡང་། བྱད་གཞི་འཕ་ཚེས་ཅན་ཐ་དད་པར་མ་ཟད། དེ་  
གཉིས་ཀྱི་བྱད་ཚེས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་ཐ་དད་ལ་འགའ་  
ཞིག་ཐ་མི་དད་པའི་བསྐྱུས་བརྗོད་དེ་ལས་གཞན་པ་  
དག་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས་མིང་མདོར་བསྟན་ནས་དབྱེ་བ་  
དཔེར་བརྗོད་པ་ལ། དང་པོ་བྱད་གཞི་ཐ་དད་བྱད་ཚེས་  
གཅིག་པའི་བསྐྱུས་བརྗོད་ནི།

ཅ་བརྟན་འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་ནི།

སྒྲིང་རྣམས་རྟག་ཏུ་རྒྱས་པར་བྱེད།

གྲིབ་མ་སྐྱུམ་པའི་སྒྲོན་པ་ཆེ།

འདི་ནི་བདག་གིས་ཡང་དག་ཐོབ།

བྱད་གཞི་རྒྱལ་པོ་དང་དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲོན་ཤིང་ཡིན་  
པ་ཐ་དད་ཀྱང་། བྱད་ཚེས་རྣམས་བུན་མིང་ཏུ་གྱུར་པ་  
ནི་རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་སྤིང་འཕོ་འགྱུར་དང་བྲལ་བས་སམ།

ཡང་དག་པའི་བསམ་པ་ལས་བྱང་བའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
 བརྟན་པ་དང་། སྒྲིན་པ་རྩ་བ་བརྟན་པ་གཉིས་བརྟན་  
 པའི་ཆོས་ཐུན་མོང་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པོ་ལོངས་  
 སྦྱང་ཐུན་ཐུམ་ཆོགས་པའི་འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་ཕྱེ་བའི་  
 སྦྱིན་པས་སྦྲང་བ་རྣམས་ཀྱི་དཔལ་རྒྱས་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། སྒྲིན་ཤིང་ཤིང་ཏྲོག་གི་འབྲས་བུའི་ཁུར་གྱིས་དུས་  
 ཆོགས་མེད་པར་སྦྲང་བ་རྣམས་ཀྱི་འབྱོར་པ་ཏྲོག་དུ་  
 རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཐུན་མོང་དང་། རྒྱ་དཔེར་རྩྭ་ཡ་  
 ཞེས་འབྱུང་བ་སྦྲབ་དཔོན་འཆི་མེད་སེངྒེས། རྩྭ་ཡ་ཉི་  
 མའི་རྒྱང་མ་མཛོས། །གཟུགས་བརྟན་དང་ནི་གྲིབ་  
 མའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྲིབ་བསིལ་དང་གཟུགས་  
 མཛོས་པ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས་དེ་བཞིན་དུ་བཀྲལ་  
 ཡང་ཆོག་མོད། འོན་ཀྱང་འདྲིར་ཆོས་ཐུན་མོང་བ་  
 བརྗོད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱུང་གཞི་གཉིས་ཀའི་ཆོས་  
 ཐུན་མོང་བ་གྲིབ་བསིལ་དུ་འཆད་པ་ལེགས་པས་རྒྱལ་

པོ་ལ་འབངས་ན་མས་སྐྱབ་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་གྲིབ་མ་  
སྐྱུམ་པོ་ཡོད་པ་དང་། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ལ་ཚད་  
གཏུང་སྐྱབ་པའི་གྲིབ་མ་སང་སང་མེད་པར་གཅིག་ཏུ་  
སྐྱུམ་པ་ཡོད་པས་གྲིབ་བསེལ་གྱི་ཆོས་ཐུན་མོང་བ་ཡོད་  
པ་ལ་བསམས་ནས་དངོས་སུ་སྒྲུབ་པ་ཆེ། འདི་ནི་བདག་  
གིས་ཡང་དག་ཐོབ། །ཅེས་བསམ་དོན་རྒྱལ་པོའི་ཁོངས་  
སུ་དངོས་དོན་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་བསྐྱས་ནས་བསྟན་  
པའོ། །

༢ བྱད་པར་གྱི་ཆོས་ཐ་དད་དང་ཐ་དད་མེན་པའི་  
བསྐྱས་བརྗོད།

གཉིས་པ་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་ཐ་དད་དང་ཐ་དད་མེན་  
པའི་བསྐྱས་བརྗོད་ནི།

ཡལ་གའི་ཁྱོན་ནི་མི་ཆུང་ཞིང་། །

མེ་ཏྲོག་འབྲས་བུ་ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས། །

དམ་པའི་གྲིབ་བསེལ་བརྟན་ལྡན་པའི། །

ཤིང་འདི་བདག་གི་སྐལ་བས་རྟེན། །

འདིར་ཡང་བསམ་དོན་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་  
པོ་ཡིན་པ་དང་། དངོས་དོན་སྟོན་ཤིང་ཡིན་པ་སྔ་མ་  
དང་འདྲ་ཡང་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་གང་ལ་ཡལ་  
གའི་བྱོན་མེ་རྒྱུ་བར་ཆེ་ཞིང་མེ་ཏྲོག་དང་འབྲས་བུ་  
ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས་པ་ཅན་ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་སྔ་མ་གཉིས་  
དང་། ཤིང་འདི་བདག་གི་སྐལ་བས་རྟེན། །ཅེས་པའི་  
རྒྱུ་པ་བཞི་པ་སྟེ་རྒྱུ་པ་གསུམ་པོ་འདིས་སྟོན་པའི་  
བྱུང་ཚུལ་རྣམས་ཀྱང་སྟོན་ཤིང་ཁོ་ནའི་ཕུན་ཚོང་མ་  
ཡིན་པ་སྟེ། བསམ་དོན་གྱི་བྱུང་གཞིའི་ཚུལ་ལ་མེ་  
འབྲས་ །རྒྱུ་པ་གསུམ་པས་སྟོན་པའི་ཚུལ་གཉིས་ནི་  
དངོས་དོན་དང་བསམ་དོན་ཏེ། བྱུང་གཞི་གཉིས་ཀའི་

ཆོས་ཐུན་མོང་བར་འགྱུར་བས་བྱད་ཆོས་འགའ་ཞིག་ཐ་  
 དད་ལ་འགའ་ཞིག་ཐ་མི་དད་པ་འདིས་ནི་དཔེར་  
 བཟོད་སྤྲུལ་མ་དང་མི་འདྲ་བའི་བྱད་པར་ཏེ། དེ་ཡང་།  
 དམ་པའི་གྲིབ་བསེལ་ནི་རྒྱལ་པོ་ལ་བཀའ་དྲིན་གྱིས་  
 སྐྱོབ་པའི་གྲིབ་མ་དང་། སྤྱོན་ཤིང་ལ་ཉི་འོད་ཀྱི་ཚད་  
 གཏུང་སྐྱོབ་པའི་གྲིབ་མ་ཡོད་པ་དང་། བརྟན་པ་དང་  
 ལྷན་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་མི་མཐུན་པའི་ཕྱགས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་  
 དཀའ་བ་དང་། ཤིང་སྤྱོད་རྒྱུང་ལ་སོགས་པས་དབྱུང་  
 བར་མི་རྒྱས་པ་སྟེ་དེ་ལྟ་བུའི་ཤིང་འདི་བདག་གི་སྐལ་  
 པས་རྟེན་ཅེས་པ་དངོས་དོན་གྱི་སྐྱེ་དེ་ཉིད་བསམ་བྱ་  
 རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་འདི་བདག་ཅག་གི་མགོན་དུ་རྟེན་  
 པར་གྱུར་ཅེས་པའི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ནས་བཟོད་པ་ཡིན་  
 བོ།།

སྐབས་འདིར་བོད་འབྲེལ་ཕལ་ཆེ་བར་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀམ་  
 ལྟོན་པའི་བྱུང་ཆོས་ཐམས་ཅད་བྱུང་གཞི་བསམ་དོན་  
 དང་དངོས་དོན་གཉིས་ཀའི་ཆོས་ཐ་མི་དད་པར་བཀའ་  
 བས་དབྱེ་བ་ཇི་ཅམ་བཤད་ཀྱང་དཔེར་བརྗོད་སྡུ་བྱེ་  
 དབྱེ་མི་རྣམས་པར་གྱུར་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་ནི་  
 རྒྱུ་པ་གསུམ་པ་ཁོ་ན་ལ་བསམ་དོན་ཡོད་ཅིང་། གཞན་  
 རྒྱུ་པ་ལྷག་མ་རྣམས་ལ་བསམ་བྱའི་དོན་གཏན་ནས་  
 མེད་པར་འདོད་པ་སྟེ། གཉིས་ཀའང་གཞུང་གི་དགོངས་  
 པ་ལས་སྟོན་ཅི་ལྟག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་། ཇི་བོད་མཁས་པས་  
 གྲི་ཆོག་ཆངས་པའི་མགོན་རྒྱུ་གྱི་རང་ལན་དབྱངས་  
 ཅན་ངག་གི་རོལ་མཆོ་དང་། དོན་རྒྱུ་དོགས་གཙོད་གྱི་  
 འབེལ་གཏམ་ལེགས་བཤད་རོལ་མཆོར་ཇི་ལྟར་བཤད་  
 པ་རྣམས་སྐབས་འདིར་གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་  
 དགོངས་པ་ལྟར་མེད་ཁོ་ན་འོ། །འོ་ན་ཡལ་གའི་སྟོན་མི་  
 རྒྱུ་པ་ཞེས་པའང་རྒྱལ་པོ་མངའ་ཐང་མི་རྒྱུ་པ་

སོགས་སུ་འགྲེལ་རུང་བ་དང་། དཔེར་བཞིན་སྣ་ཕྱི་  
 གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་རྒྱ་དཔེར་པ་ལ་ཞེས་འབྲས་བུའི་སྐད་  
 འོད་ཡོད་མཉམ་ལ་སྣ་མ་ཆོས་ཐ་མི་དད་ཅིང་ཕྱི་མ་ཐ་  
 དད་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་མེད་དམ་ཞེན་བདེན་  
 མོད་ཀྱང་། སྟན་ངག་གི་སྐབས་འདིར་སྟན་ངག་མཁན་  
 པོའི་བཞིན་འདོད་ཁོ་ན་གཙོ་ཆེ་བའི་ཕྱིར། སྣ་འཇུག་  
 ཚུལ་དབྱེ་བ་མེད་ཀྱང་བཞིན་འདོད་ཀྱི་རྟོག་པའི་དབང་  
 གིས་དབྱེ་བ་དེ་ལྟར་བྱས་པས་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་ཀྱང་།  
 འགྲེལ་བ་གཉིས་ཀས་འཆད་དེ་བཞིན་འདོད་ཅུ་  
 ཟད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གཞུང་ཉིད་ལས་ཀྱང་།  
 སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་བསམ་བྱས་རྟགས། །གཞན་དུ་  
 ཡང་ནི་སྟོན་མི་འགྱུར། །ཞེས་དང་། གཞན་ཡང་ཇི་སྐད་  
 དུ། གང་དུ་དོན་ནམ་སྣ་ཡི་དོན་དེ་ནི། །སོགས་སྣར་  
 དངས་ཟེན་པ་དང་། སྟན་ངག་མཁན་ལ་ཅི་ཡང་  
 རྒྱན། །ཟེར་བ་ལྟར་འདིར་ཡང་བསམ་དོན་རྒྱལ་པོ་ཡིན་

བ་དང་། དངོས་དོན་ཤིང་ཡིན་པ་དཔེར་བརྗོད་སྐྱེ་བྱེ་  
 གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་། སྟན་ངག་མཁན་  
 གྱི་རྟོག་པས་བཏགས་པའི་ཐ་སྟད་ཅམ་མམ་བརྗོད་  
 འདོད་ཀྱི་དབང་གིས་ངེ་ལྟར་བཤད་ཅེན་པའི་དབྱེ་བས་  
 དཔེར་བརྗོད་ཐ་དད་དུ་མཛད་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལྟར་མ་  
 ཡིན་པར་དཔེར་བརྗོད་བྱེ་མའི་རྟེན་པ་བཞི་ཀས་ཀྱང་  
 བྱུང་གཞི་གཉིས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཐུན་མོང་དུ་བསྟན་  
 ན་དཔེར་བརྗོད་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཆད་མེ་ཤེས་  
 པར་འགྱུར་ཞིང་། ཡང་། དམ་པའི་གྲིབ་བསེལ་དང་།  
 བཏྱན་ལྡན་ཞེས་པ་གཉིས་ཁོ་ན་ལ་བསམ་དོན་ཡོད་  
 ཅིང་། ཡལ་གའི་བྱོན་མེ་ཆུང་བ་སོགས་ལ་བསམ་དོན་  
 གཏན་ནས་མེད་ན་དེའི་ཆོ། བྱུང་གཞི་ཐ་དད་ཐ་དད་  
 མེན། །ཞེས་གསུངས་རིགས་པ་ལ། བྱུང་པར་ཐ་དད་ཐ་  
 དད་མེན། །ཞེས་དངོས་སུ་བསྟན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།  
 བྱུང་གཞི་དག་ནི་སྐྱེ་མ་ལ། ཐུན་མོང་གཞན་ལ་རྣམ་པ་



གཉིས། །ཞེས་གསུང་རིགས་པའང་། ཆོས་རྣམས་ཐམས་  
 ཅད་སྤྲུལ་མ་ལ། །ཐུན་མོང་གཞན་ལ་རྣམ་པ་གཉིས། །ཞེས་  
 གསལ་བར་བསྟན་པ་ལ་སྤྲུལ་གྱང་བསྟོན་དུ་མེད་ཅིང་།  
 གཞན་ཡང་བསམ་བྱ་གཏན་ནས་མེད་པར་དངོས་དོན་  
 ཤིང་ཁོ་ན་བརྗོད་པའི་རྟེན་པ་སྟག་མ་དེ་རྣམས་བསྐྱུས་  
 བརྗོད་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་གཞོན་པ་སོགས་སྤྲུལ་  
 གྱང་དགག་དུ་མེད་པས་འདྲིའི་ལེགས་པར་བྱས་ནས་  
 བཤད་པ་བཞིན་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བབྱང་བར་  
 བྱའོ། །དངོས་དོན་སྟོན་ཤིང་གྱང་དཔེར་བརྗོད་སྤྲུལ་མ་ལ་  
 གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་མ་དུ་བློ་སྤྲུལ་ཞེས་འབྱུང་བ་སྟེ་  
 དཔག་བསམ་ཤིང་དང་། བྱེ་མའི་རྒྱ་དཔེར་དུ་མེད་ཞེས་  
 ཤིང་ཕལ་པའི་སྐད་དོད་ལས་མི་འབྱུང་བའི་བྱུང་པར་  
 ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་སྟེ་བྱེ་མའི་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་ནི།

གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་སྐྱེས་བུ་འགའ། །

སྒྲོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱགས། །

ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་སྤྲོ་མ་ལ། །

ཐུན་མོང་གཞན་ལ་རྣམ་པ་གཉིས། །

འོ་ན་དེ་ལྟར་སྟན་ངག་མཁན་པོའི་བཛྲོད་འདོད་གཙོ་  
ཆེ་བ་དེའི་བྱུང་བཛྲོད་འདོད་ཉིད་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། བྱེ་  
བྲག་བཤད་ཟེན་གྱི་དཔེར་བཛྲོད་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་  
བསམ་དོན་སྐྱེས་བུ་མཆོག་འགའ་ཞིག་བཛྲོད་ཚུལ་སྒྲོན་  
པའི་ཚུལ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་བསྐྱགས་ལ། དེ་ཡང་ཁྱད་  
ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དཔེར་བཛྲོད་སྤྲོ་མ་ལ་ཐུན་མོང་  
དང་། བྱེ་མའི་རྒྱུ་པ་གསུམ་གྱིས་སྒྲོན་པའི་ཆོས་ཁོ་ན་  
དང་། རྒྱུ་པ་གསུམ་པ་ཁོ་ནས་ཁྱད་གཞི་གཉིས་ཀའི་  
ཆོས་ཐ་དད་མེན་པར་བྱས་པ་རྣམ་གཉིས་སོ་ཞེས་པའོ། །

༣ སྒོན་མེད་བསྐྱུས་བཟོད།

གསུམ་པ་སྒོན་མེད་བསྐྱུས་བཟོད་ནི།

སྐྱལ་དན་འགྲོགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་།

རང་བཞིན་གྱིས་ནི་མངར་བའི་གཞི།

ཀྱེ་མ་ཚུ་ཡི་གཏེར་འདི་ནི།

དུས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱུས་པར་གྱུར།

ཅེས་པ་སྟེ། འདིའི་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་མ་བདེ་ཞིང་  
དཔང་རྟེན་ཀྱི་འགྲེལ་དང་མཐུན་ཀྱང་ཡིག་འོར་ཀྱན་  
འབྱམས་པས་གོ་དོན་མི་གསལ་བར་གསུངས་འདུག་པ་  
ལ་བརྟེན། སྤར་གྱི་འགྲེལ་པ་ཀུན་ལས་ཇི་བཞིན་མ་  
བཤད་པ་འདིར་ཅུང་ཟད་གསལ་བར་བཟོད་ན། གཞུང་  
གི་ཀྱི་དཔེར་བྲལ་ཞེས་འབྱུང་བ། སྐྱལ་དང་ཁྱོས་པའི་མི་  
སྟེ་གཞོན་ཕྱེད་ཀྱི་དབྱ་བོ་ལ་འདུག་པས་འགྲེལ་པའི་ཀྱི་

དཔེར་དུལྟ་ཞེས་འབྱུང་། གཞན་ཡང་སྤང་ཆེན་སྦྱོན་པ་  
 དང་། གཅན་གཟན་གྱི་བྱེ་བྱག་གཟིག་སོགས་ལ་འཇུག་  
 པར་བཤད་ཀྱང་། འདིར་སྐབས་དོན་སྦྱུལ་དང་སྦྱེ་བོ་  
 ངན་པ་སྟེ་གཞོན་བྱེད་གྱི་དབྱ་ལ་འཇུག་པ་གཉིས། རྒྱ་  
 སྐད་ལ་བྱ་བ་ཞེས་མིང་གཅིག་དོན་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་  
 སྒྲིའི་དོར་བྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་། བོད་སྐད་ལ་སྦྱུལ་ངན་ཞེས་  
 སྒྲ་བསྐྱས་ནས་དོན་ཐ་དད་པ་གཉིས་སུ་བསྒྱུར་བས་སྦྱར་  
 བ་ཞིག་པ་ཡིན། དེས་ན་བྱ་ལ་དང་མི་འགྲོགས་པ་རྒྱ་  
 མཚོ་སྦྱུལ་ཏེ་སྦྱ་དང་མི་འགྲོགས་ཞེས་པའི་དངོས་དོན་  
 ཉིད་བསམ་བྱ་རྒྱལ་པོ་ལ་གཞོན་བྱེད་གྱི་དབྱ་བོ་ངན་པ་  
 མེད་པས་དེ་དང་མི་འགྲོགས་ཞེས་པའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱས་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མ་རྒྱ་ར་  
 མཛའ་བོ་དང་རོ་མངར་བ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག ལྷ་ཤ་ཡ་  
 རྒྱ་གཞི་སྟེ་རྒྱ་མཚོ་གང་དུ་འབྱེལ་བའི་ས་གཞི་རྒྱ་མཚོའི་  
 རྒྱ་དང་བཅས་པ་ལ་འཇུག་པས། མ་རྒྱ་ར་ཤ་ཡ་རོ་

མངར་བའི་ཚུ་གཞི་ཞེས་པའི་དངོས་དོན་དེ་བསམ་དོན་  
 རྒྱལ་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་སྟག་པའི་བསམ་པ་བཟང་བའི་  
 ངང་ཚུལ་གྱིས་ཀུན་དང་མཐུན་པའི་མཛའ་བོར་གྱུར་པ་  
 དེ་ལ་བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྗོད་པ་ཡིན། འདི་ལ་སྤར་  
 བཞིན་གྱིས་ནི་མངར་བའི་ནང་། །ཞེས་བསྐྱུར་ཡང་།  
 ནང་གི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེར་མེད། ལྷ་ཤ་ཡ་ཞེས་པ་ཚུ་  
 གཞི་དང་སེམས་ཀྱི་བསམ་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན།  
 མ་ཚུ་ར་མོ་རྟགས་ལྷ་པ་མཐའ་ཅན་ནི་ངག་སྟན་པ་ལ་  
 འཇུག་ཀྱང་འདིར་སྐབས་དོན་མིན། ཡང་འགྱུར་ལ་ལར།  
 ཚུ་ཡི་གཏེར་ནི་སྟག་པ་འདི། །ཞེས་བསྐྱུར་ཡང་སྟག་པའི་  
 སྐད་དོད་གཞན་རྒྱ་དཔེར་མེད། སྟག་གི་ཟེར་བ་སྟ་བུའི་  
 སྟོ་བའམ་སྟེང་རྩེ་བ་སྟན་པའི་དོན་ལ་དགོངས་པ་ཡིན་  
 འདུག་ཀྱང་སྟེང་དུ་སྟག་པ་ལའང་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་  
 སྐད་དང་མི་མཐུན་པའི་གོ་ཚུ་ཚབ་ཆེར་འགྱུར་བས་  
 ཀྱི་མ་ཞེས་བསྐྱུར་བ་ལེགས་པར་བཞེད། དེ་ཡང་ཀྱི་མ་ནི་

ཡིད་འབྱུང་བའི་ཚིག་སྟེ། རྒྱ་གཞིར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་དེ་  
 བསྐྱལ་པ་འཇིག་རྒྱུ་ཀྱི་མེས་ཡོངས་སུ་བསྐྱམ་པར་གྱུར་  
 ཞེས་པ་ནི་དངོས་དོན་གྱི་སྒྲ་ཙམ་སྟེ། དེ་ཉིད་བསམ་དོན་  
 རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་དེ་ནི་རྒྱུ་ཀྱིས་ཏེ་འཆི་བས་ཟེན་ནས་  
 ཤི་བར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་པ་ལ་བསྐྱུས་ནས་བཙོན་པའོ། །འོ་  
 ན་རྒྱལ་པོ་རྫོང་བྱེད་རྒྱ་མཚོས་བྱེད་པ་དགོས་པ་ཅིའི་  
 སྐད་དུ་ཡིན་ཞེ་ན། མ་བཙོན་ཀྱང་ཤུགས་ལས་རྟོགས་  
 བྱར་གྱུར་པ་ཟབ་པ་དང་བརྟན་པ་དང་མཚམས་ལས་  
 མི་འདའ་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། དངོས་སུ་རྫོང་བྱེད་གྱི་  
 སྒྲ་བྲུ་ལ་དང་། མ་རྒྱ་ར་དང་། ལྷ་ཤ་ཡ་སོགས་སྒྲ་  
 མཚུངས་པའི་དོན་གྱིས་དངོས་དོན་རྒྱ་མཚོ་བསམ་དོན་  
 རྒྱལ་པོའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་པའོ། །དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པའང་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་སྐབས་  
 འདིར་འདི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། རྟོག་ཏུ་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 རྒྱ་གཞིར་ཏེ་རྒྱ་མཚོ་འདི་རྒྱུ་ཀྱི་ཏེ་བསྐྱལ་པ་འཇིགས་

པའི་དུས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་སླེམ་ཤིང་ཟད་པར་འགྱུར་  
 རོ། ཀྱེ་མ་ཞེས་པ་སྟོ་བའི་ཆོག་གོ་སྟེས་བྱ་ནི་དུས་ཀྱིས་  
 སྟོག་འདྲོར་ཞིང་འཆི་བར་འགྱུར་བས་ཡོངས་སུ་སླེམ་  
 པར་འགྱུར་རོ། རྒྱ་གཏེར་ནི་ཕྱ་ལ་སྟེ་སྦྱལ་དང་འགྲོགས་  
 ཤིང་། སྟེས་བྱ་ནི་ཕྱ་ལ་སྟེ་གཞོན་བྱེད་དང་འགྲོགས་པ་  
 ལས་བསྐྱོག་པའི་ཕྱིར། སྦྱལ་དང་འགྲོགས་པ་ལས་བསྐྱོག་  
 པའོ། རྒྱ་གཏེར་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་བ་ཚྱུའི་ཚྱུའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་གཞི་དང་ལྗན་ལ། སྟེས་བྱ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མངར་ཞིང་རོ་ལེགས་པ་སྟེ་མཐུན་པར་བྱེད་པའི་བསམ་  
 པ་སྟེ་སེམས་དང་ལྗན་པ་རང་བཞིན་གྱིས་མངར་བའི་  
 གཞི་ཅན་ནོ། ཟབ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་  
 གི་ཡོན་ཏན་རྣམས་སུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཉིད་དོ། ཅིའི་  
 ཕྱིར་རྒྱ་གཏེར་གཞན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྟེས་བྱ་ལ་བཟུགས་  
 པར་བྱེད་ཅེ་ན། དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འདི་ནི་སྟོན་མེད་པའི་  
 རྒྱ་གཏེར་རོ། །དེ་གསལ་བའི་ཕྱིར་གསུངས་པ་སྟོག་པ་

གསལ་བ་སྟེ་ཡོངས་སུ་བསྐྱམ་པ་རྟོགས་པའི་ཡུལ་གྱིས་  
 རྒྱ་མཚོ་ལ་སྐྱེས་བུ་དེ་དང་མཚུངས་པར་བྱས་ནས། དེ་  
 གཉིས་ཀྱི་འདྲ་སྐྱེས་པ་སྟེ་ཉམས་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་  
 འབྱུག་པ་ལ་སྟོས་ནས་དེ་ལྟར་བརྗོད་དེ། ཟབ་པ་ལ་  
 སོགས་པའདྲ་མཚུངས་པར་ཤེས་པ་ཉིད་དོ། །རྒྱ་མཚོ་ལ་  
 བྱི་སྐྱར་གྲགས་པའི་ཚོས་སྐྱུ་ལ་དང་འགྲོགས་པ་ལ་སོགས་  
 པ་སྐྱུ་ལ་ངན་འགྲོགས་པ་དང་བྲལ་ཞིང་། ཞེས་སོགས་  
 གྱིས་ཚྲོག་ཅིང་བཀག་ནས་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་འདི་ལྟ་བུ་  
 ཚྲོན་མེད་ཀྱི་བསྐྱེས་བུ་བརྗོད་དུ་འབྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

རྒྱ་མཚོ་ལ་བྱི་དེ་མཚུངས་པ། །

སྐྱེས་བུའི་ཚྲོག་པ་གསལ་བྱེད་ཅིང་། །



སྤྲུལ་མའི་ཆོས་ནི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། །

འདི་ནི་སྤྲུལ་མེད་བསྐྱེད་པར་བཅོཅ། །

ཅེས་བསྐྱེད་ན་གོ་དོན་དང་རྒྱ་དཔེའི་སྐད་དོད་བཅས་  
ལ་མཐུན་པས་ལེགས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བསམ་དོན་རྒྱལ་  
པོ་ལ་དངོས་དོན་རྒྱ་མཚོའི་སྤྲུལ་བས་མཚུངས་པ་  
ལྟར་སྤྲུང་ཡང་། འདི་ནི་མཚུངས་པའི་དོན་དུ་སྤྲུལ་བ་  
མིན། དངོས་དོན་རྒྱ་མཚོ་ནི་སྤྲུལ་སྤྲུང་བྱ་མ་ཡིན་པས་དེ་  
འགོག་པ་དང་། བསམ་དོན་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པ་གསལ་བར་  
སྤྲུལ་པའི་ཕྱིར། གང་ཞིག་སྤྲུལ་པའི་ཕྱིར་བྱས་པ་དེ་གཉིས་ཀ་  
ལ་འཇུག་ཀྱང་། བཅོཅ་ཚུལ་གྱི་ཆོས་དེ་རྒྱ་མཚོ་ལ་མི་  
སྤྲུང་པར་ཤེས་པས་སྤྲུལ་བྱ་ཡིན་པར་ཤུགས་ཀྱིས་གོ་བར་  
བྱས་ནས་དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར་སྤྲུལ་བ་སྤྲུལ་བ་སྤྲུལ་བ་སྤྲུལ་བ་  
ལ་དང་མི་འགོགས་ཞེས་སྤྲུལ་པ་སྤྲུང་པའི་འགོགས་  
པའི་རྒྱ་མཚོ་མི་སྤྲུང་པས་གཞོན་ཕྱིར་གྱི་དབང་པོ་མེད་

ཕའི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་པར་ཤུགས་ཀྱིས་གོ། དེ་བཞིན་དུ་མ་རྒྱ་  
 རྒྱ་ཤ་ཡ་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་ཀྱང་། རྒྱ་མཚོ་བ་ཚོ་  
 དང་ལྷན་ཕའི་རྒྱ་གཞི་རང་བཞིན་གྱིས་རོ་མངར་བ་མི་  
 སྤེད་པས། བསམ་པ་བཟང་པོ་དང་ལྷན་ཕའི་རྒྱལ་པོ་  
 ཀུན་དང་མཐུན་པ་ལ་ངང་གི་གོ་བར་འགྱུར་བས། སྤྲ་མ་  
 རྩེ་རྒྱ་མཚོའི་ཚོས་རྣམས་བསྐྱོག་ཅིང་བཀག་ནས་རྒྱལ་  
 པོའི་བྱང་པར་གསལ་པར་བྱེད་པ་རྩེ། དེ་ལྟ་ནའང་  
 དངོས་དོན་སྒྱུ་ལ་དང་མི་འགྲོགས་ཤིང་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མངར་བའི་རྒྱ་མཚོས་བྱས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་  
 མཚོ་སྤར་ཡོད་མ་སྤོང་བ་ཞིག་རྒྱལ་པོ་འདས་པ་ལ་སྒྱུ་  
 བའི་ཚིག་གི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ནས་བཟོད་པའི་བྱེར་སྤོན་  
 མེད་ཀྱི་བསྐྱུས་བཟོད་ཅེས་བྱའོ། དེ་ལྟར་བཤད་པས་  
 ལྷར་ཐང་སྐྱོ་མེ་སོགས་ཀྱིས་སྤོན་གྱི་རྒྱལ་པོ་དང་ད་  
 ལན་གྱི་རྒྱལ་པོ། སྤོན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་དང་ད་ལན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་  
 སོགས་གཞུང་དོན་མ་ཡིན་པ་མང་པོ་གསུངས་པའང་མི་

འཐད་པར་གོ་རྒྱུ་སོ། །གཞན་ཡང་གཙུག་ན་ནོར་བུའི་  
རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། རང་དོན་ལ་  
ཆགས་མཛོན་སྦྱར་བདག་ཉིད་ངན། ཤིང་གཙོད་འགའ་  
ཡིས་སྤྱང་རྗེས་བརྒྱན་ལྷན་ཅིང་། སྤྱོད་ཀྱན་གྱིས་བསྟན་  
དང་ཞིང་ལེགས་སྦྱོད་པའི། གྲེ་མ་ཉམས་ངར་གྱིབ་  
བསེལ་ཤིང་འདི་བཅད། ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དོན་རྒྱན་བརྒྱ་གཅིག་པ། སྤུལ་བྱང་གི་རྒྱན།  
བརྒྱ་གཅིག་པ་སྤུལ་བྱང་གི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་  
སྦྱར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད། བསྐྱུགས་པས་མཇུག་  
བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྦྱར་བསྟན་པ་ནི།

ཁྱད་པར་གྱི་ནི་བརྗོད་འདོད་གང་། །

འཇིག་རྟེན་མཚམས་ལས་བཀྲལ་གྱུར་པ། །

སྤུལ་དུ་བྱང་བར་བརྗོད་པ་འདི། །

རྒྱལ་གྱི་དམ་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །

བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
གྱི་བྱད་པར་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་འཇིག་རྟེན་ན་རི་ལྟར་  
གནས་ཆོད་གྱི་མཆོམས་ལས་བཞུལ་བར་གྱུར་པའི་བྱད་  
བརྗོད་པ་ལས། བརྗོད་ཚུལ་ཉམས་གྱི་བྱད་པར་མཆོར་  
སྤུལ་ཅི་ཆེར་བརྗོད་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་གྱི་དམ་པ་འཇམ་  
མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར་ན་ཞེས་པའོ། །འདི་དང་  
སྤར་ལེན་དང་པོར་བཤད་པའི་གློ་ཁ་པའི་མཛོས་པའི་  
ཡོན་ཏན་གཉིས་གྱི་བྱད་པར་ནི་ལེན་དང་པོའི་སྐབས་  
དེ་ཉིད་ཏུ་བཤད་ཅིན་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་ལས། དང་པོ་བྱད་  
འཕགས་བརྗོད་པའི་སྤུལ་བྱང་ནི།

མ་ལྷོ་ཀུ་ཡི་སྤང་ཆོགས་ཅན། །

ལྷས་ཀུན་བྱུང་པའི་ཅུན་གཤེར། །

དཀར་པའི་གོས་ཅན་མངོན་འགྲོ་མ། །

ཟླ་བའི་འོད་ལ་མཚན་མ་ཡིན། །

མཚྭ་ཀུ་སྟེ་མེ་ཏྲ་གི་བྱེ་བྲག་དཀར་པའི་བྱང་ཚྭ་གས་  
ཅན་གྱིས་བརྒྱན་པས་མགོ་བོ་དཀར་བ་དང་། ལྷས་ཀུན་  
ཅུན་གྱི་བྱུགས་པས་གཤེར་བས་རེག་པ་བསེལ་བ་དང་།

དཀར་ཞིང་སྤང་པའི་གོས་འཛིན་པས་ལྷས་སྟག་མ་  
དཀར་བ་སྟེ་བྱང་པར་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་པའི་བྱང་མེད་  
ཁྱོ་འདམ་མ་འགའ་ཞིག་འདོད་པས་གཟེར་བས་མཛའ་  
བའི་གན་དུ་བགྲོད་པའི་བྱིར། མཚན་མ་ཟླ་བའི་འོད་ལ་  
རྒྱ་བ་ནི་ཤིན་དུ་དཀར་ཆེས་པས་ཟླ་འོད་ལ་དབྱེར་མེད་  
དུ་འདྲེས་ནས། འདི་ནི་མངོན་པར་འགྲོ་བའི་བྱང་མེད་  
དེ་ཡིན། འདི་ནི་ཟླ་བའི་འོད་ཡིན་ཞེས་སོ་སོར་འབྱེད་  
ཅིང་མཚན་རྣམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་འོ་མའི་རྒྱ་

མཚོ་ལ་ངང་པའི་བྱ་མོ་ཞུགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདིར་སྒྲོན་  
འགྲོ་མ་ཞེས་བྲིས་པ་ནི་ཡིག་ནོར་རྒྱན་འབྲམས་པའོ། །

དེ་བཤད་ནས་མཚམས་སྦྱར་བ་ནི།

སྒྲ་བའི་འོད་ནི་སྟག་པ་ཉིད། །

ཁྱད་འཕགས་ལྷན་བཟོད་དེ་བཞིན་དུ། །

ཐེ་ཚོམ་ཕུལ་བྱང་ལ་སོགས་ཀྱང་། །

གསལ་བྱེད་ཅུང་ཟད་བསྟན་པར་བྱ། །

འཇིག་རྟེན་ན་སྒྲ་བའི་འོད་ནི་དཀར་བའི་ཡོན་ཏན་  
མང་བའམ་སྟག་པས་ཆེས་སྟག་པ། དེ་ལ་བྱད་མེད་ཀྱི་  
དཀར་བས་འགྲན་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་དབྱེར་མེད་དུ་  
འདྲེས་སོ་ཞེས་སྒྲ་འོད་ཀྱི་དཀར་བའི་ཁྱད་འཕགས་ལྷན་  
པར་བྱད་བཟོད་ཅིང་། བཟོད་ཚུལ་མེ་རྟོག་དཀར་བའི་  
བྲེང་བ་སོགས་ཁྱད་པར་དུ་མ་བཟོད་པའི་ཉམས་ཀྱིས་

སྟོན་པས་ན་སྤུལ་བྱང་སྟེ། ཇི་ལྟར་འདི་སྤུལ་བྱང་ཡིན་པ་  
 དེ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་གནས་མེད་པ་ལ་ཐེ་ཚོམ་བྱང་  
 བར་བྱང་བྱས་པ་སོགས་ཀྱང་སྤུལ་བྱང་ཡིན་ལ། དེ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྱུར་བ་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་གསལ་ཞིང་  
 རྟོགས་པའི་ཆེད་དུ་བྱང་ཟད་བསྟན་ཅིང་དཔེར་བཞིན་  
 པར་བྱའོ། །སྐབས་འདིར་གཞུང་ཆོག་ཟླ་བའི་འོད་ལ་  
 མཚོན་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་བྱང་མེད་གྱི་དཀར་བས་ཟླ་འོད་  
 ལ་མཚོན་པ་སྟེ་འགྲན་པར་མི་རྒྱས་ཞེས་པའི་དོན་དུ་གོ་  
 ན་མི་བྱང་སྟེ། དེ་ལྟར་སྤུལ་བྱང་ཉམས་པར་མ་ཟད་  
 བཞིན་འདོད་གྱི་བསྐྱགས་ཡུལ་ལ་དཔེའི་བསྐྱགས་པ་  
 ཅམ་དུའང་མ་སོང་བའི་ཕྱིར་དང་། རིན་སྤངས་པས། ཟླ་  
 བའི་འོད་གྱི་ཞེས་ནམ་དབྱེ་གསུམ་པར་བསྐྱར་བ་ནི་  
 དཔེ་བྱུན་དུ་འགྱུར་ཞིང་། རྒྱ་དཔེར་ནམ་དབྱེ་བདུན་པ་  
 ཡོད་པ་དང་དངོས་སུ་འགལ་བས་གཞུང་གི་དགོངས་པ་  
 ལྟར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ། །

གཉིས་པ་ཐེ་ཚོམ་ཕུལ་བྱུང་ནི།

དགའ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་དང་།།

དཔྱིད་ཡི་བར་ན་སྐྱེད་པ་ནི།།

ཡོད་དམ་མེད་ཅེས་བདག་གིས་ནི།།

ཐེ་ཚོམ་ད་དུང་བསྐྱོག་མ་གྱུར།།

དགའ་མ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་རུ་མ་བྱུང་དང་དཔྱི་  
བར་འདི་ན་སྐྱེད་པ་ཞིག་ཡོད་དམ་མེད་སྟུང་ནས་  
བདག་གིས་ཡུན་རིང་པོར་བསྟུང་གྱུང་ད་དུང་ཐེ་ཚོམ་  
བསྐྱོག་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་འདི་འདྲ་བའི་ཐེ་ཚོམ་  
སྐྱེ་བ་འཇིག་རྟེན་ན་མི་སྤྱིད་གྱུང་། སྐྱེད་པ་ཕྱ་བ་བྱུང་  
མེད་ཀྱི་ལྷས་ཀྱི་མཛེས་པའི་ཡོན་ཏན་དུ་གྲགས་པས། དེ་  
ལ་བསྐྱོགས་པ་བརྗོད་འདོད་པའི་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་  
སྐྱོ་བ་ཏགས་ཏེ་བྱུང་བུས་པ་ན་ཐེ་ཚོམ་ཕུལ་བྱུང་



ངོ། །འདི་ལྟ་བུ་གཞན་ཡང་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཀམ་པ་  
བརྒྱད་པ་མི་བསྐྱོད་ཞབས་ཀྱིས་རོང་དུར་སྒྲིག་གི་སྒྲོལ་  
མ་ལ་བསྐྱོད་པ་མཛད་པར། སྒྲིབ་པའི་ལྷས་ཅན་རྣམས་  
དང་སྐྱེད་སྐབས་ནི། །ནམ་ཡང་མཉམ་པོར་སྤྲོད་བའི་  
གནས་མིན་ཕྱིར། །རབ་དུ་སྤྱ་བའི་སྐྱེད་པ་ནམ་མཁའ་  
དང་། །འདྲེས་སམ་ཡང་ན་དབང་པོའི་གཞུ་བཞིན་  
འབྱོག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་ངེས་པའི་ཕྱལ་བྱང་ནི།

ནི་ཏ་ཐེ་ནི་ཁྱོད་ལ་ནི། །

སྐྱེད་པ་ཡོད་ཅེས་ངེས་པར་རུས། །

འོ་མ་འཛིན་པའི་ཁུར་གནས་པ། །

རྣམ་པར་གཞན་དུ་སྐྱེད་མ་ཡིན། །

ནི་ཏ་ལྷི་ནི་ལྷི་ཚང་ར་རྒྱས་མ་ཞེས་བོད་ནས། བྱོད་ལ་རུ་  
 མ་དང་དབྱེའི་བར་ན་སྐད་པ་ཡོད་པ་ངེས་པར་རུས་ཏེ།  
 འོ་མ་འཛིན་པ་རུ་མའི་ཁུར་ཆེན་པོ་འདི་དག་དེ་ལ་  
 བཏེན་དགོས་པས་སོ། །རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྟེ་ཏེན་སྐད་པ་  
 མེད་ན་རུ་མའི་ཁུར་འདི་ལྟར་གནས་རུས་པ་སྤྱིད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྐད་པ་དངོས་སུ་མ་མཐོང་ཡང་ཡོད་པར་  
 ཏྲགས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ནས་ངེས་པས་ངེས་པའི་ཕུལ་བྱང་  
 འོ། །འདི་ཡང་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས། གཞོན་རུ་  
 ལྷན་ངག་མཁན་གྱི་ཏྲགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ།  
 མཐོ་རིས་དོ་རའི་ཕྱིད་འཛོ་མཁན། ཁྱི་ན་ཀ་དེ་འདི་  
 མེན་ནས། །གཞན་དུ་གསར་པའི་ཆོན་རིས་  
 དང་། །དབྱེབས་མཛེས་འདི་ནི་ག་ལ་འོང་། །ཞེས་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །

བཞི་པ་བྲགས་པ་ཕུལ་བྱང་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་གྲགས་པའི་ཕུང་པོ་ནི། །

དཔག་རྒྱས་མིན་ཡང་འདིར་ཤོང་བ། །

ས་སྐྱོང་སྤྱི་པ་གསུམ་གྱི་ནི། །

ཁོང་དག་ཨེ་མ་ཤིན་ཏུ་ཡངས། །

ཀྱི་ས་སྐྱོང་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་གྲགས་པ་སྟན་  
པའི་ཕུང་པོ་ཚད་འདི་ཙམ་ཞེས་དཔག་པར་རྒྱས་པ་མ་  
ཡིན་པ་འདི་ཡང་འདིའི་ནང་ཏུ་ཤོང་ཞིང་ཚུད་པའི་  
ཕྱིར་ས་འོག་ས་སྤྱིང་ས་སྤྱི་སྤྱི་པ་གསུམ་གྱི་རྒྱ་ཁྱོན་  
འདི་ཤིན་ཏུ་ཡངས་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་ཞིག་གོ་ཞེས་པ་དང་། ཨེ་  
མ་ནི་ངོ་མཚར་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །དེས་ན་གྲགས་  
པ་ཆེ་བ་སྟོན་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཡངས་པའི་ངོ་མཚར་  
བརྗོད་དེ་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་གྲགས་པ་ཕུལ་བྱུང་ཞེས་བྱ་བར་  
རྒྱ་སྤྱིའི་རྒྱ་འགྲེལ་ཏུ་བཤད། དག་དབང་གྲགས་པའི་

འགྲེལ་པར་རྒྱན་འདྲིའི་མིང་ལ་ངོ་མཚར་ཕུལ་བྱུང་ཞེས་  
 དང་། འགྲེལ་ཚུལ་ཡང་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་རྟེན་པ་ཕྱི་  
 མ་གཉིས་སྒྲིན་ལ་ཡོད་པ་དེ་ངོ་མཚར་བའི་རྒྱ་དང་། སྤྱི་  
 མ་གཉིས་རྒྱུ་ལ་ཡོད་པ་ངོ་མཚར་བའི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 ཞེས་འཆད་དོ། །གཞན་ཡང་སྤང་པོ་ཅན་གྱི་རྟོགས་པ་  
 བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། མཁས་པ་རྣམས་ལ་རིན་  
 ཆེན་ནི། །དོན་དུ་མ་གཉིས་རྒྱུ་ལ་མཛད་པ། །བྱོང་གིས་རྒྱ་  
 མཚོའི་གྲགས་པ་ནི། །རབ་རྒྱས་དེ་དག་རྒྱ་ཡིས་  
 བཏབ། །ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་བསྒྲགས་པས་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི།

དག་གི་དབང་པོས་མཚོད་གྱུར་པ། །

ཕུལ་བྱུང་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་འདི། །

རྒྱན་ནི་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་། །

གཅིག་ཕུ་དཔུང་གཉེན་མཆོག་ཏུ་བཟོད། །

ངག་གི་དབང་པོ་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་མཆོད་  
 ཅིང་ཆེས་ཆེར་བསྐྱགས་པ། ཕུལ་བྱུང་གི་མིང་གི་བཟོད་  
 པ་འདི་རྒྱན་གཞན་རང་བཞིན་བཟོད་དང་། འབྲུག་  
 པོར་བཟོད་པ་ཐམས་ཅད་དེ་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་།  
 དཔུང་གཉེན་གཅིག་ཕུར་གྱུར་པ་སྒྲ་མེད་པར་མཁས་པ་  
 སྟན་ངག་རིག་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་དོ། །ཡང་ནི་ཆོས་  
 ཅན་སྟན་ངག་ཁོ་ནའི་རྒྱན་ཡིན་པ་ཅམ་དུ་མ་བཟོད་  
 པའོ། །

སྐབས་འདིར་དཔང་རྟེན་ཏུ་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱན་ཇི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་གྱི་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་བཟོད་པར་ཡང་བྱུང་  
 པར་བཟོད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་དང་ལྡན་ན་  
 མཛེས་ཀྱི། མི་ལྡན་ན་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་དུ་མི་འགྱུར་ན་  
 འབྲུག་པོར་བཟོད་པ་དཔེ་དང་གཟུགས་ཅན་ལ་སོགས་

བ་རྣམས་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ་ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་རང་བཞིན་  
 བཟོད་པའི་རྒྱན་ལའང་བྱད་པར་ཏེ་གནས་སྐབས་སྒྲིམ་  
 ཚོགས་པ་གཅིག་མིན་དུ་མའི་སྒྲིམ་ནས་བཟོད་ན་མཛེས་  
 པར་འབྱུར་ཞིང་། བཟོད་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་མེད་ན། གནས་  
 སྐབས་སྒྲིམ་ཚོགས་དངོས་གསལ་བྱེད། ཁྱེད་གསུངས་པའི་  
 དོན་སྟོང་ཞིང་དེས་ན་བྱད་པར་སྒྲིམ་ཚོགས་པ་བཟོད་པ་  
 དེ་འདྲའི་བཟོད་ཚུལ་རྣམས་ཀྱི་མཚོག་ནི་ཕུལ་བྱང་  
 འདྲའི་ཉམས་ཀྱི་བཟོད་ཚུལ་བྱད་པར་མང་པོ་སྟོན་པ་  
 གཞུང་འདིར། ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན་གྱི་དང་པོའི་དཔེར་  
 བཟོད་རྒྱང་པ་སྒྲིམ་གསུམ་ལ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་བྱད་པར་བཟོད་པ་དེ་ཉིད་ཡོད་ན་རང་བཞིན་  
 བཟོད་པ་ལའང་མཚོག་དུ་མཛེས་པར་འབྱུར་རོ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཡིན་གྱི། མཚན་ཉིད་ཚང་མ་སྦྱར་དགོས་པའི་  
 དོན་ག་ལ་ཡིན་ཀྱང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་མ་གོ་བར་བོད་  
 འབྲེལ་མང་པོ་ཞིག་ནང་དཔང་ལོའི་གསུང་དེ་རང་

བཞིན་བཟོད་དངོས་པོའི་གནས་ལྷགས་ལ་བསྟོད་སྦྱང་  
 གྱི་ཆ་སྦྱངས་ནས་ཐད་ཀར་བཟོད་པ་དང་། སྤུལ་བྱུང་གི་  
 ལུང་འཛིག་རྟེན་གྲགས་པའི་མཆོམས་ལས་བརྒྱལ་བ་  
 གཉིས་བསྐྱེད་གོས་པའི་དོན་དུ་འབྱུལ་ནས་དེ་གཉིས་མི་  
 འདྲེ་བཞིན་དུ་བསྐྱེས་པའི་དཔེར་བཟོད་སྦྱར་བས་ངལ་  
 བ་དང་། སངས་རྒྱས་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་མཐའ་མ་མཆིས་  
 པར་བསྟོད་པ་དེ་རང་བཞིན་དང་པོར་བཟོད་པ་དང་  
 སྤུལ་བྱུང་གི་ལུང་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་  
 འདོད་པ་དང་། གཞན་ཁ་ཅིག་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་བཟོད་པ་དེ་སྤུལ་བྱུང་ཙམ་ཡིན་པར་ཡང་  
 འདོད་པ་སོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རང་རང་གི་མཁྱེན་  
 རབ་གྱི་མཐེལ་སྟོན་པ་ཁོ་ན་སྟེ། རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་དང་  
 དཔང་རྒྱུ་གི་དགོངས་དོན་ནི་རྩི་བོད་མཁས་པས་དོན་  
 རྒྱུ་དོགས་གཙོད་དུ་རྩི་ལྟར་བཀྲལ་བ་ཁོ་ན་ལས་མི་  
 འདའ་བས་འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་

མོ། །འདིར། ཐེ་ཚོམ་ཕུལ་བྱང་ལ་སོགས་ཀྱང་། །ཞེས་པའི་  
 སོགས་ཁོངས་ནས་གཞུང་འདིར་དཔེར་མ་བཟོད་པ་  
 གཞན་དུ་མ་ཡང་རིགས་པ་དཔག་དགོས་པར་སྟོན་པ་  
 མཚོན་བྱེད། སློབ་དཔོན་རཏྭ་ལྷའི་འགྲེལ་པར་དཔེར་  
 བཟོད་འགའ་ཞིག་མཛད་པ་དཔང་རྟེན་ནས་བརྩམ་  
 བོད་འགྲེལ་ཀུན་ལ་མིང་ཅམ་རེ་སྟོས་པ་དེ་རྣམས་  
 འདིར་བསྐྱར་བ་ནི། རྩ་ཤིང་ཀུན་ལས་རྩ་ཤིང་བསྐྱེད། འོ་  
 མ་འཛིན་པས་གཞན་དུ་བྱས། །སྟོང་གྱི་སྐྱེད་པ་མེད་ཅེས་  
 པ། །འདི་ལས་བདག་ཡིད་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། །བསྐྱེད་  
 པའི་ཕུལ་བྱང་བཟོད་པའོ། །མིག་ནི་སྟོན་པའི་མདངས་  
 འཕྲོ་ཞིང་། །སོ་ནི་དག་པའི་འོད་ཟེར་འབར། །དེ་དག་ཐ་  
 དད་ལྡན་པ་ཡིས། །གཞུ་ཡ་མུ་རྩ་དཔལ་འཛིན། །དཔེའི་  
 རྩེས་སུ་འགྲོ་བའི་ཕུལ་བྱང་བཟོད་པའོ། །བཞིན་སྐྱེ་  
 དགོད་པའི་སྐྱེ་འོད་དག །འགྲོགས་པ་སྟོང་གྱི་མཛེས་པ་  
 ནི། །སྐྱེ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་དམའ་བ་འདི། །མཚན་མོ་



གསལ་བྱེད་འོང་བར་གྱུར། །གཟུགས་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་  
འགོ་བའི་ཕུལ་བྱང་བརྗོད་པའོ། །བྱོད་མིག་སྒྲོན་པོ་གཡོ་  
བ་ནི། །མིག་གི་འོད་ཟེར་སྒྱུད་པ་ཡིས། །བྱོགས་ཀྱན་  
མཛེས་པར་འགོངས་བྱེད་པས། །མཚན་མོ་འཕྲོག་པར་  
བྱེད་པ་བཞིན། །རབ་བརྟགས་གྱི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་ཕུལ་  
བྱང་བརྗོད་པའོ། །ཞེས་པ་རྣམས་སོ། །

དོན་རྒྱན་བརྩུ་གཉིས་པ། རབ་རྟོག་གི་རྒྱན།  
བརྩུ་གཉིས་པ་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ལ་བཞི། མཚན་ཉིད་  
སྤྱིར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད། དཔེར་བརྗོད་ལ་ལོག་  
རྟོག་དགག། རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི།  
སེམས་ལྡན་དག་གམ་ཅིག་ཤོས་གྱི། །  
རྣམ་པ་གཞན་དུ་གནས་པའི་ཚུལ། །

གང་དུ་རྣམ་གཞན་རབ་རྟོག་པ།

དེ་ནི་རབ་རྟོག་དུ་རིག་དཔེར།

བརྗོད་པ་གང་དུ་སེམས་ལྡན་སྟོག་ཆགས་སམ། དེ་ལས་  
ཅིག་ཤོས་སེམས་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ་  
རང་གི་ངོ་བོ་དང་རྣམ་པ་ཇི་ལྟར་གནས་པའི་ཚུལ་དེ་  
ལས་སྟོན་ངག་མཁན་རབ་བརྟགས་བརྗོད་པ་པོས་ཇི་  
ལྟར་བརྗོད་པར་འདོད་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་གཞན་དུ་  
རབ་དུ་རྟོག་ཅིང་སྟོ་འདོགས་པ་དེ་ནི་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་  
དུ་རིག་པར་བྱའོ།

༡ སེམས་ལྡན་རབ་རྟོག།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་ལས། དང་པོ་སེམས་  
ལྡན་རབ་རྟོག་ནི།

ཉིན་གུང་ཉི་མས་གདུངས་པ་ཡི།

སྒྲུང་པོ་དག་ནི་མཚོར་འཇུག་པ། །

ཉི་མའི་ཕྱོགས་སྐྱར་པར་རྒྱ་རྒྱུ་མས། །

གཞོན་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲུ་མ། །

ཉིན་མའི་གྲུང་ལ་ཉི་མ་ཤིན་ཏུ་ཆ་བས་གདུང་པའི་སྒྲུང་  
པོ་ཆེ་རྒྱུ་མས་པར་ཉི་མཚོར་འཇུག་པ་འདི་ཉི་མ་ལ་ལན་  
སྒྲུ་པར་མ་རྒྱས་ནས་དེའི་ཕྱོགས་སྐྱར་གྲུང་པའི་པར་  
རྒྱུ་མས་གཞོན་ཞིང་བརྒྱུ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲུ་མ་  
མོ། །ཞེས་པའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཁྱེས་དང་བདུང་དང་པད་ཚ་དག།

བཟའ་ཕྱིར་ལག་ལྷན་ཆུར་འཇུག་པ། །

དེ་ནི་མཁོན་ལན་སྒྲུ་ཕྱིར་ཞེས། །

སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་རབ་བརྟགས་བཟོད། །

ཁྱུ་བྱ་བ་དང་ཆུ་བདུང་བ་དང་པརླའི་ཙ་བ་བཟའ་  
 བའི་ཆེད་དུ་ལག་ལེན་སྒྲུང་པོ་ཆེ་ཆུར་འཇུག་པ་ནི། ཇི་  
 ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གནས་པའི་ཚུལ་ཡང་ཡིན་ལ། རབ་རྟག་  
 གི་ས་བོན་ཡང་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་སྟན་ངག་མཁན་རབ་  
 དུ་རྟག་པ་པོས་དེ་ལས་རྣམ་པ་གཞན་ཉི་མ་ལ་མཐོན་  
 ལན་སྒྲན་པའི་བྱིར་པརླ་ཚར་གཙོད་པའི་ཆེད་དུ་པད་  
 མཚོར་འཇུག་པའོ། །ཞེས་སྟོ་བརྟགས་ནས་བཟོད་པ་དེ་  
 སྟོ་འདོགས་ཡུལ་སེམས་ལེན་སྒྲུང་པོ་ཆེ་ཡིན་པས་སེམས་  
 ལེན་རབ་རྟག་གོ། །འདི་ཡང་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་  
 ལས་འཕགས་སྟེས་པོའི་རྟགས་པ་བཟོད་པའི་ཡལ་  
 འདབ་དུ། ཨ་མའི་འབྲི་ཤིང་གཞུ་ལ་མདའ། །བཀོད་པ་  
 ཨ་མའི་མཚོན་དང་ལེན། །རྒྱལ་བྱར་ཅིག་ཅེས་བདག་

དྲེགས་པ། སྒྲོང་མོ་བ་བཞིན་ཁུ་བྱུག་སྒྲོགས། ཞེས་  
འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

༢ སེམས་མེད་རབ་རྟོག།

གཉིས་པ་སེམས་མེད་རབ་རྟོག་ནི།

འདི་ནི་བདག་གི་རིང་བ་དག །

འགོག་བྱེད་ན་བའི་རྒྱན་ཞེས་ཏེ། །

ཁྱོད་ཀྱི་མིག་གིས་ན་བ་ཡི། །

ཤུའུ་ལ་དག་ལ་འགོང་བ་འདྲ། །

འདི་ནི་སྟན་ངག་མཁན་སྐྱེས་བུ་གཞན་གཅིག་གིས་  
མཛེས་མ་ཤུའུ་ལ་སྒྲོན་པོ་ན་རྒྱན་དུ་བསྟུག་པ་ཞིག་གི་  
མིག་དེ་ལ་སྒྲུས་པ་ལྟར་བྱས་པ་ཞིག་སྟེ། སྒྲ་ཚུལ་གནག་ཅིང་  
དཀྱུས་རིང་བའི་མིག་མཛེས་བདག་གི་སྟེ། ཁྱོད་ཀྱི་རིང་

བའམ་མཛེས་པ་འགོག་བྱེད་ན་རྒྱན་ཟུངས་འདི་ཡིན་  
 པར་འདུག་གོ་ཞེས་སྒྲ་ཞིང་སེམས་པར་འདུག་སྟེ།  
 གཡོན་མེག་མ་སྟོང་གི་བྱར་མེག་གཡོན་དུ་ལྷ་བའི་  
 སྐབས་སུ་མེག་གི་འོད་ཟེར་དང་མཛེས་ཚས་གཉིས་ཀས་  
 གྲང་ཟུངས་གྱི་མདངས་དང་མཛེས་པ་ལས་བརྒལ་ཞིང་  
 འགོང་པ་འདྲ་བས་དཀྱུས་རིང་བ་འགོག་པར་མི་རྒྱས་  
 པའི་ཕྱིར་དེ་ལྷར་བསམ་མི་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ།  
 འདིར་བདག་གི་ཞེས་པ་ནི་མེག་རང་ཉིད། སྟོང་གི་མེག་  
 གི་ཞེས་པ་སྒྲ་མཐའ་སྐྱེས་བྱ་གཞན་དེའི་དབང་དུ་བྱས་  
 པའི་བྱེད་པར་རོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

མེག་བྱར་ཆར་ནི་ལྷ་གྱུར་པ། །

མེག་གི་འོད་གྱིས་ཟུངས་ལ། །

རེག་གམ་མིན་ཡང་སྟན་ངག་མཁན། །

དེ་ལྟར་རབ་ཏུ་བརྟགས་ཏེ་བརྗོད། །

མིག་ཟུར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆ་ཤས་སུ་སྤང་བར་གྱུར་པ་མིག་གི་  
འོད་ཀྱིས་ཟུངས་ལ་རེག་པ་སྟེ་འགྲན་བཟོད་པ་མཛེས་  
མ་མཆོག་འགའ་ཞིག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡོད་པར་  
གྲགས་མོད། གཞན་ལ་མི་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་སྤུང་  
བརྗོད་པ་ཅམ་སྟེ། འདིས་ནི་སྤུང་བྱུང་གི་རྒྱན་གཞན་  
ཀྱན་གྱི་རྟེན་ནམ་དཔུང་གཉེན་དུ་འགྱུར་བར་སྤར་  
བཤད་ཟིན་པ་ཡང་ལེགས་པར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ནོ། །འོན་  
ཀྱང་བྱད་མེད་ཀྱི་མིག་མཛེས་པ་ཅམ་རབ་རྟོག་གི་ས་  
བོན་དུ་བྱས་ནས་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་དེ་ལྟར་རབ་ཏུ་  
བརྟགས་ནས་བརྗོད་པ། མིག་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་མིག་གི་  
དབང་པོ་ནི་སེམས་མེད་བཅའ་པོ་ཡིན་པས་དེ་འདྲའི་  
རྟོག་པ་ག་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཡོད་པ་ལྟར་སྒྲོ་བརྟགས་པས།

སེམས་མེད་རབ་རྟོག་ཅེས་བྱའོ། །འདིར་མིག་བྱར་གྱི་ཆ་  
ཞེས་པ་རྒྱ་དཔེར་སྒྲ་ག་ཞེས་འབྱུང་བ་མིག་བྱར་ཕྱོགས་  
གྱི་སྐལ་བར་སྒྱུང་བའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་སྤར་ཆ་ཞེས་  
བསྒྱུར་བ་ཆ་ཤས་གྱི་དོན་ནོ། །འདིར་ཡང་མོར་བཟང་གི་  
རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། གོས་མདུད་འགྲོལ་  
དང་དགག་པ་ལ། ཁྱོ་ཤུག་ལག་པའི་བསྒྲ་ཡི། །རབ་དུ་  
འདར་ལྷན་གདུ་བའི་སྒྱ། རྩོད་པ་བྱེད་པར་གྱུར་པ་  
བཞིན། །ཞེས་འབྱུང་བ་སྟ་བུའོ། །

༣ རབ་རྟོག་བཞིན་སྒྲ་ཅན།

གསུམ་པ་རབ་རྟོག་བཞིན་སྒྲ་ཅན་ནི།

ཐུན་པ་ལྷས་ལ་བྱུག་པ་བཞིན། །

མཁའ་ནི་མིག་སྒྲན་ཆར་འབེབས་བཞིན། །

ཞེས་འདི་ཡང་ངོ་རབ་རྟོག་གི།



མཚན་ཉིད་ལྡན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་། །

འདིའི་བརྗོད་བྱ་དངོས་སམ་གནས་ལྷགས་ཇི་ལྟ་བུ་ནི་  
 དབྱར་དུས་ཀྱི་མཚན་མོ་ཆར་ཐུན་སྒྱུག་པོ་འབྲིགས་པས་  
 ནམ་མཁའ་དང་ཕྱོགས་ཀྱན་རབ་ཏུ་གནག་ཅིང་རང་གི་  
 ལྷས་ཀྱང་མི་མཐོང་བའི་གནས་སྐབས་དེ་ལྟ་བུ་བརྗོད་  
 པ་སྟེ་རབ་རྟོག་གི་ས་བོན་ཡང་དེ་ཉིད་ཡིན། དེ་དེ་ལས་  
 རྣམ་པ་གཞན་དུ་སྒྲོ་འདོགས་པ་ནི། ཐུན་པ་འདི་ལྷས་ལ་  
 འབྱུག་པ་བཞིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་ནས་མིག་སྒྲན་གྱི་ཆར་  
 འབབས་པ་བཞིན་ནོ། །ཞིས་པ་འདི་ཡང་ངོའི་སྐྱས་  
 སེམས་མེད་རབ་རྟོག་གི་བྱེ་བྲག་ཡིན་ཅིང་། གཞན་ཡང་  
 རབ་རྟོག་གི་མཚན་ཉིད་ལྡན་པ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། རྒྱུས་  
 རབས་སོ་བཞི་པར། དྲིའི་རྒྱ་མཚོ་མཐའ་མེད་པར་སྒྲོ་བ་  
 དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་ལ་གཞན་དུ་སྒྲོ་  
 བཏགས་ནས། དེ་ནས་ཨརྒྱ་སྟེལ་གྱི་མདོག་ལྟར་སྒྲོ། །ཉི་

མའི་འོད་གྱིས་གནས་སྤོན་བཟུ་བ་བཞིན། །ཁོ་ར་ཁོར་  
 དུག་མཚོ་འབྲམ་ལྟར་མི་མངོན། །གཏིང་དཔག་དཀའ་  
 བའི་མཚོ་འཛིང་ནང་དུ་ཞུགས། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་སྟེ།  
 ཚོག་སྦྱར་འདི་ལ་མུ་སྟགས་ཚུན་ཚད་དེང་སང་གི་བར་  
 དུ་བསྐྱགས་པ་བྱེད་དོ་ཞེས་སྐྱ་གར་མཁས་པ་ཚད་མའི་  
 གསུང་སྒྲིས་ལས་འབྱུང་། གཞན་ཡང་། ཟེའུ་འབྱུང་ཀར་  
 བོ་སོ་ཡི་བྲེང་བ་དག །བདུད་ལ་འཕྱ་བ་བཞིན་དུ་དགོད་  
 པར་གྱུར། །ཅེས་པ་དང་། དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་  
 རབ་གསལ་གྱི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ།  
 འདི་ཡི་རྒྱང་བཀོད་ཁུལ་གྱིས་ནི། །ཕྱོགས་གྱི་འཁོར་ལ་  
 འཁོར་བ་བཞིན། །རྒྱང་པས་འབྱུངས་རྣམས་རྗེས་སྟོགས་  
 བཞི། །ས་རྣམས་ཀུན་འཕྱལ་སྦྱོར་བ་བཞིན། །ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའོ། །

དཔེར་བརྗོད་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ།

གསུམ་པ་དཔེར་བརྗོད་ལ་ལོག་རྟོག་དགག་པ་ནི།

འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་སྤྱོད་ཡིས་འགའ། །

ཏིང་འེ་མཐའ་ནི་དཔེ་མ་ཡིན། །

ཞེས་པ་ཡིད་ཆེས་གསུངས་འདས་ནས། །

དཔེ་ཏིང་དུ་ནི་འབྲུལ་པ་སྤྱོད། །

བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བརྗོད་འདི་ནི་བཞིན་གྱི་སྤྱོད་  
ཡིས་འབྲུལ་གཞི་བྱས་ཏེ་སྐོལ་བ་འགའ་ཞིག་དཔེའི་རྒྱན་  
དུ་འབྲུལ་པ་སྤྱོད་བར་གྱུར་མོད་ཅེས་ཕྱོགས་སུ་བཀོད་  
ནས། དེ་ལྷང་དང་འགལ་བར་སྟོན་པ་ནི། ཀ་ལྷ་པ་ལྷར་  
ན་ཏི་སོགས་བྱ་བའི་མཐའ་ཅན་དང་། ལྷ་ལྷ་པ་ལྷར་ན་  
ཏིང་མཐའ་གང་ཡིན་པ་ནི་དཔེ་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་མཁས་  
པ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་ནས་བཟུན་ཟེན་པ་ཡིད་ཆེས་  
པའི་གསུང་ལས་འདས་ཤིང་འགོངས་ནས་འདིར་

འབྲུག་པའི་སྐད་དོད་ལེན་ཀྱི་བ་དང་། ཆར་འབེབས་སོ་  
ཞེས་པ་ལ་བརྟུ་ཀྱི་བ་ཞེས་རྒྱ་དཔེར་ཏིང་མཐའ་ལ་ཨི་བ་  
སྦྱར་བའི་རྗེས་དངོས་སུ་འབྲུང་བ་གསལ་བར་མཐོང་  
བཞིན་དུ་དེ་སྐད་སྦྱ་བ་ནི་མི་རིགས་པར་སྟོན་པའོ།

སྐབས་འདིར་སྦྱར་ཐང་པ་མན་ཆད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་ཕལ་  
ཆེ་བར་དཔེ་ཡིན་ན་དེ་ཕན་གྱི་རྒྱུན་སྟེར་དགོས་པ་བྱུང་  
པ་སྦྱར་བཤད་པ་ནི་ཤིན་དུ་ནོར་ཏེ། གཞུང་འདིའི་དཔེ་  
རྒྱུན་གྱི་དཔེར་བཟོད་ལ་དེ་ཕན་གྱི་རྒྱུན་མེད་པ་ཤིན་དུ་  
མང་ན་བྱུང་མཐའ་ཇི་སྦྱར་འཆའ་བརྟག་ན་གསལ་ལོ། །

དཔེ་དང་དཔེར་བྱ་ཉིད་དག་ནི། །

མཚུངས་པའི་ཆོས་ལ་སྟོས་པས་ན། །

འབྲུག་པ་དང་ནི་ཐུན་པ་ལ། །

ཆོས་འདི་མངོན་པར་གྱུར་ཏམ་ཅི། །

རིག་པ་དང་ཡང་འགལ་ཏེ་སྒྱུར་དཔེ་དང་དཔེ་ཅན་  
 གཉིས་པོ་མཚུངས་པར་བརྗོད་པ་མཚུངས་ཆོས་ལ་སྟོས་  
 དགོས་ན། དཔེ་འབྱུག་པ་དང་། དཔེ་ཅན་ཟུན་པ་གཉིས་  
 ལ་མཚུངས་པའི་ཆོས་ཞིག་མངོན་པར་གྱུར་ཏམ་ཅི་སྟེ་  
 མེད་དོ་ཞེས་པའོ། །ཡང་། གལ་ཏེ་འབྱུག་པ་ཉིད་འདོད་  
 ན། །འབྱུག་ཅན་བྱ་བ་གཞན་པ་ཅི། །དེ་ཉིད་ཆོས་དང་  
 ཆོས་ཅན་ཡང་། །ཞེས་པ་མ་སྟོས་འཆད་མ་ཡིན། །གལ་  
 ཏེ་འབྱུག་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཉིད་མཚུངས་ཆོས་ཡིན་ནོ་  
 ཟེར་ན། རྟོལ་བ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲར་འབྱུག་པ་དཔེ་དང་། ཟུན་  
 པ་དཔེ་ཅན་དུ་འདོད་པ་ལ་འདིར་འབྱུག་པ་ཉིད་  
 མཚུངས་ཆོས་སུ་ཁས་ལེན་ཅིང་འདོད་ན་དཔེ་མེད་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་མཚུངས་ཆོས་སུ་བཞག་པ་དེ་ལས་གཞན་  
 འབྱུག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་ཆོས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་ཁོ་  
 ན་རེ། དཔེར་བཞག་རྒྱུ་འབྱུག་པ་ནི་ཆོས་ཅན་དང་།  
 མཚུངས་ཆོས་སུ་བཞག་རྒྱུ་འབྱུག་པ་དེའི་ཆོས་ཡིན་ཞེས་

སྒྲུ་ན། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་དུ་འཛོག་པ་ལ་དེ་གཉིས་ཐ་  
 དད་དུ་ཡོད་དགོས་ཀྱི། འབྲུག་པ་གཅིག་ཉིད་ཆོས་ཀྱང་  
 ཡིན་ལ་ཆོས་ཅན་ཀྱང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པའོ། །ཞེས་  
 པ་ནི་སྒྲུན་པས་སྒྲུ་བྲིད་ཀྱི་མ་ཚུས་པ་སེམས་ནས་དུ་  
 གནས་པས་ནམ་དུ་ཡང་དེ་བཞིན་སྒྲུ་མི་བྲིད་ཅེས་  
 པའོ། །ཡང་། གལ་ཏེ་བྲེད་པ་དཔེ་ཡིན་ན། །བྱ་ཆོག་ལ་  
 འདི་དབང་བུ་ལ་འགྱུར། །རང་གི་བྱ་སྒྲུབ་མི་རུས་  
 པ། །གཞན་གྱི་སྒྲུ་བྲེད་མི་འགྱུར་རོ། །དེར་ཡང་མ་ཟད་  
 བྲེད་པ་སྟེ་འབྲུག་པ་ཉིད་དཔེ་ཡིན་ན། རྒྱ་སྐད་ལ་ལི་སྒྲ་  
 ཏི། བཟུ་ཏི་ཞེས་པ་དང་། བོད་སྐད་འབྲུག་གོ་ཆར་  
 འབེབས་སོ་ཟེར་བའི་བྱ་ཆོག་འདི་བཞིན་སྒྲུན་གྱི་སྒྲན་  
 ངག་མཐན་ཆེན་པོ་ངག་ལ་དབང་བ་རྣམས་ཀྱིས་དཔེར་  
 བརྗོད་པ་ལས་ཇི་སྟར་འབྱུང་བ་བཞིན་དཔུག་པ་ཅན་  
 བདག་གིས་ཀྱང་གཞུང་འདིར་བཀོད་པ་ཡིན་ན་དེ་སྟེ་  
 བྱའི་བྱ་ཆོག་འདི་ཡང་དབང་དང་བུ་ལ་བ་སྟེ་དགོས་པ་

མེད་པར་འབྱུང་རོ། །རིག་པ་གཞན་ཡང་འབྱུག་གོ་ཞེས་  
 པ་དང་། ཆར་འབེབས་སོ་ཞེས་པ་བྱ་ཆོག་ཡིན་པ་གང་  
 ཞིག་བྱ་ཆོག་དེ་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་སྒྲོ་བཏགས་པའི་  
 རབ་བཏགས་གྱི་བྱ་ཆོག་ཡིན་གྱི། དངོས་སུ་འབྱུག་རྒྱ་  
 དང་ཆར་འབེབས་རྒྱ་ཅི་ཡང་མེད་པས་བྱ་ཆོག་དེས་  
 རང་གི་བྱ་བ་འབྱུག་པ་དང་ཆར་འབེབས་པ་དེ་ཡང་  
 བསྐྱབ་པར་མི་རྒྱས་བཞིན་དུ། གཞན་གྱི་སྒྲོ་བྱ་སྟེ་  
 དཔེར་བྱའི་དཔེ་བྱེད་པ་དང་དཔེ་དོན་གཉིས་མཚུངས་  
 པའི་མཚུངས་ཆོས་སོགས་བྱེད་པར་ཅི་ལ་རྒྱས་ཞེས་  
 པའོ། །དེས་འབྱུག་པ་དཔེར་འདོད་པ་བཀག་ཟེན་ནས།  
 ཡང་སྒྲིལ་བ་ན་རེ། གང་ཞིག་འབྱུག་པ་འདི་དང་  
 བོ། །མུན་པ་མཚུངས་ཞེས་སྒྲུ་ན་ཡང་། །ལྷས་ལ་ཞེས་པ་  
 མ་འབྲེལ་ཏེ། །དེ་ཡང་ཡོན་ཏན་མཚུངས་པ་  
 བཟླ། །འབྱུག་པ་ནི་དཔེ་ཅན་དང་མུན་པ་ཉིད་དཔེ་ཡིན་  
 རོ་ཟེར་ན་དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན། འབྱུག་

བ་འདི་ནི་ཐུན་བ་བཞིན། །ཅེས་སྒྱུར་རིགས་བ་ལ་སྒྲོན་  
 གྱི་སྒྲོན་ངག་མཁན་ཆོག་ལ་དབང་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 དེ་ལྟར་མ་སྒྱུར་བ་དང་། ལྷན་ལ་ཞེས་ལྷན་ཉིད་ལས་སུ་  
 སྒྱུར་བ་ཡང་འབྲེལ་མེད་དུ་སོང་བའི་ཕྱིར་དང་། སྒྲར་  
 འབྲུག་བ་དཔེར་བཀོད་བ་དགག་པའི་སྐབས་སུ་བཅོལ་  
 བ་བཞིན་འདིར་ཡང་དཔེ་ཐུན་བ་དང་དཔེ་ཅན་འབྲུག་  
 བ་གཉིས་ལ་མཚུངས་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཞིག་ཡོད་དགོས་  
 བ་ཆོལ་བར་བྱས་ཤིག་ཅེས་བ་སྟེ། མི་གུ་ཞེས་བ་སྒྲར་  
 བལྟ་ཞེས་བསྒྱུར་ཡང་ཆོལ་ཤིག་པའི་དོན། གཞན་ཡང་  
 གལ་ཏེ་དཔེ་རྒྱན་ཡིན་ན་ནི། དཔེར་ན་ཁྱོད་གདོང་ཟླ་བ་  
 བཞིན། །ཅེས་པས་མངོས་བ་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །དེ་བཞིན་  
 འབྲུག་བ་འདི་ལ་ནི། །འབྲུག་བ་ལས་གཞན་རྟོགས་མ་  
 ཡིན། །དཔེར་ན་ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་ཟླ་བ་བཞིན་ཅོ་ཞེས་  
 བཅོལ་པས་དཔེ་ཅན་གདོང་བ་དང་། དཔེ་ཟླ་བ་གཉིས་  
 མཚུངས་པའི་ཆོས་མངོས་བ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་



ཞིག་དགོས་ཀྱང་། ཟུན་པ་དང་འབྲུག་པ་གཉིས་ལ་  
 མཚུངས་ཆོས་གཞན་རྟོགས་བྱ་མ་མཆིས་པའི་ཕྱིར། ཟུན་  
 པ་དཔེ་ཡིན་པའང་མི་འཐད་དོ། །དེ་ཕྱིར་འབྲུག་པ་འདི་  
 དང་ནི། ཟུན་པ་བྱེད་པ་ལྷས་ཀྱང་ལས། །ཉེ་བར་སྐྱར་  
 དོན་སྐྱེས་བྱ་ཡིས། །དེ་ལྟར་རབ་རྟགས་ཞེས་འདོད་  
 བྱ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲུག་པ་ནི་བྱེད་པ་པོ་གཙོ་བོ་སྟོན་བྱེད་  
 ཡིན་པས་བྱེད་པ་པོའི་གྲངས་སུ་ཡང་འགོ། ད་ལྟ་བྱེད་  
 བཞིན་པའི་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན། ཟུན་པ་ནི་བྱེད་པོ་ཕལ་པ།  
 ལྷས་ནི་བྱ་བ་དེ་ཡུལ་གང་ལ་འབྲུག་པའི་གཞི། ལས་  
 ཡིན་པས་ལྷས་ལ་ཞེས་རྒྱ་དཔེར་ན་མ་དབྱེ་གཉིས་པའི་  
 ཡུལ་ཏེ། ཡང་ན་ནི་ཞེས་པ་ལྷས་ཀྱི་སྐད་དོད་ཡང་ལ་  
 གཉིས་པའི་མང་ཆོག་ཤས་ཤི་རུ་བསྐྱར་བའི་སློག་གི་ཨི་  
 ལ་རུ་མའི་ན་དྲངས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་སྟ་རེས་ཤིང་  
 གཙོད་ཟེར་བའི་སྐབས་སུ། གཙོད་མཁན་གྱི་མི་དེ་བྱེད་  
 པ་པོ་གཙོ་བོ། སྟ་རེ་བྱེད་པ་པོ་ཕལ་པ། གཙོད་པ་བྱེད་པ།

ཤིང་ལས་ཡིན་པས་དེ་ལ་རྣམ་དབྱེ་སྒྱུར་ནས་ཤིང་ལ་  
 གཙོད་ཟེར་བ་ལྷ་བྱ་བྱ་དཔེའི་རྣམ་དབྱེ་འཇུག་ཚུལ་ལ་  
 འབྱུང་། དེས་ན་འདིར་ཤིང་གི་དོད་ལྷས། གཙོད་པའི་  
 ཚབ་འབྱུག་པ། ལྷ་རེའི་དོད་ལྷན་པ། མེ་ལྷ་བྱའི་བྱེད་པ་  
 བོ་གཙོ་བོ་ཤུགས་ལས་རྟོགས་བྱར་བྱས་ནས་དངོས་སུ་  
 མ་སྟོས་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་འདིར་ཉེ་བར་སྒྱུར་བའི་དོན་  
 རྣམ་པ་གཞན་དུ་རབ་དུ་བརྟགས་པའི་སྟོན་ནས་ཡིན་གྱི་  
 དངོས་སུ་ནི་མ་ཡིན་མོ། །ཞེས་པའོ། །དེ་ལྷ་བྱའི་རྩོད་ངག་  
 ལས་ཀྱང་རབ་བརྟགས་དང་དཔེ་བྱན་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་བྱང་  
 པར་ནི་གསལ་བར་རྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །

༥ རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་བཤད་པ།

བཞི་པ་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་གྱི་སྒྲ་བཤད་པ་ནི།

སྟམ་དང་དོགས་དང་ངེས་དང་འདྲ། །

མེན་ནམ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི།

སྐྱ་ཡིས་རབ་བརྟགས་གསལ་བར་བྱེད།

བཞིན་གྱི་སྐྱ་ཡང་དེ་དང་འདྲ།

སྟམ་དང་དོགས་དང་ངེས་དང་འདྲ་དང་མེན་ནམ་ཞེས་  
པ་ལ་སོགས་པའི་སྐྱ་ནི་རབ་བརྟགས་གསལ་བྱེད་དེ། དེ་  
ཡང་དཔེར་མཚོན་ན་དཔག་བསམ་འཁྲི་ཤིང་དུ། སྟོབས་  
ལྡན་ས་འོག་རབ་ཏུ་ཞུགས། །ད་ནི་ཅ་ཡང་རུས་ལྷག་  
ཉིད། །ཁུ་གཏེར་དིང་ཡང་འབྲུགས་མི་འདོར། །འདི་ཡི་  
གཏོང་བས་ཡིན་ནམ་སྟམ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟམ་དང་།  
སྟོབས་དང་མི་འཇིགས་བྱབ་པའི་མ་འདྲེས་  
ཆོས། །བྱགས་རྩེ་ཆེ་སོགས་ཕུལ་བྱང་ཡོན་ཏན་  
ནམས། །མ་ལུས་བྱོད་གྱི་བྱགས་ལ་བསྐྱས་པ་ཡིས། །སྐྱེ་  
དགུ་འདི་ནམས་འཁོར་བར་འབྲུམས་པར་དོགས། །ཞེས་  
རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་དེ་ནམས་དང་ལྡན་པ་

དང་། འགྲོ་བ་སྤྱིད་པ་ན་རྒྱ་བའི་ས་བོན་ཅན་ལྟ་བུ་  
 དོགས་དང་། འགྲོ་བའི་སྒྲ་མ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲ་མཐོང་  
 བས། །གཟི་བརྗེད་མུང་པོ་ཆེན་པོ་འདི་འདྲའི་  
 ལྟར། །བདག་གིས་བཟོད་པར་རྒྱས་པ་མིན་ཅོ་ཞེས། །རྒྱ་  
 མཚོའི་གོས་ཅན་སྒྲག་པས་འདར་བ་འདྲ། །ཞེས་པ་རྒྱལ་  
 བ་བཞུགས་པ་ན་ས་གཡོས་པའི་ས་བོན་ཅན་ལྟ་བུ་འདྲ་  
 དང་། ཚངས་པའི་རྩེ་མོ་བལྟ་ཆེད་སྟེང་སོང་ཡང་། །ཕྱིན་  
 པས་ཆེས་ཆེར་མཐོ་བར་གྱུར་པ་བཞིན། །ཁྱོད་ཀྱི་གཙུག་  
 ཏོར་རྩེ་མོ་མ་མཐོང་བས། །ཡི་ཆད་ཚངས་པའི་གནས་སུ་  
 གནས་པར་ངེས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ངེས་པ་དང་། དཔག་  
 བསམ་འབྲི་ཤིང་དུ། གང་གི་བཞིན་རས་མཛེས་དང་  
 སྤང་ལ་གཞལ་ཆེ་ཡང་བ་ཉིད་ཀྱིས་ན། །རྒྱ་སྐར་བདག་  
 པོ་དེ་ནི་མཁའ་ལ་སྒྲག་པར་འཛོགས་པ་མ་ཡིན་  
 ནམ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་མིན་ནམ་དང་། སྤྱིན་ཀྱི་  
 བཞིན་པའི་རྟོགས་པ་བརྗེད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། དེ་ཡི་

བཞིན་གྱི་པར་མཛེས་སྟུག་རྒྱས་པས་གཟེ་བྱིན་ཉམས་  
 པའི་ཟླ་བ་དང་། །དེ་ཡི་མིག་དག་མཛེས་པས་མིག་གི་  
 དཔལ་ནི་རབ་ཏུ་ཉམས་པའི་རི་དྲགས་དག །གྲགས་པ་  
 ཞི་ཞིང་སྟུག་བསྐྱལ་མཚུངས་པས་མཚན་མོ་སོ་སོར་  
 སྐྱེངས་ཏེ་ཞུམ་པ་ཡི། བདག་ཉིད་བདག་ནི་བསམ་པ་  
 གཡོ་མེད་འགོག་པ་འདི་ཉིད་མཐོང་བར་བདག་རྟོག་  
 གོ། །ཞེས་པ་རྟོག་པའི་སྒྲ་ཅན་དང་། གཞན་ཡང་རྣམ་  
 པར་རྟོག་གོ་ཆེས་མཐོང་ངོ་ཇི་ལྟ་བུ། །ཞེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་སྒྲ་ཡིས། རབ་རྟོག་སྒྲ་གཞན་གྱིས་བརྗོད་  
 ཀྱང་མི་གསལ་བ་དེ་གསལ་བར་བྱེད་ཅིང་། བཞིན་གྱི་  
 སྒྲ་འང་བཤད་ཟིན་པའི་རྣམ་པས་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་  
 དེ་འདྲ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་དུ། ཁྱོད་དང་  
 རྗོངས་པ་མི་ཐུལ་ན། །བདག་ཅག་དོན་མེད་ཁུར་གྱུར་  
 ཅིས། །དེ་རྣམས་རལ་པ་ངོ་ཚ་ནས། །ས་གཞི་ལ་ནི་འབྱར་  
 བ་བཞིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ནས་རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆའི་རྒྱ་གསུམ་བཤད་པ་ལ་  
གཉིས། སྦྱར་བསྟན། སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་སྦྱར་  
བསྟན་པ་ནི།

རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆ་དག་ནི། །

ཆོག་རྣམས་དག་གི་རྒྱ་གྱེ་མཆོག །

རྒྱ་རྒྱ་དང་ཕྱ་མོའི་རྒྱ་དང་ཆའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་  
གསུམ་པོ་འདི་ནི་སྟན་ངག་གི་ཆོག་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ་གྱེ་  
མཆོག་གས་གཙོ་བོའོ། །

དོན་རྒྱ་བཅུ་གསུམ་པ། རྒྱའི་རྒྱ།

གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྩ་  
བའི་ས་བཅད་རྒྱ་བཅུ་གསུམ་པ་རྒྱའི་རྒྱ་ལ་གསུམ།  
མདོར་བསྟན། རྒྱ་པར་བཤད། དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་  
མདོར་བསྟན་པ་ནི།

རྒྱ་ནི་བྱེད་པོ་ཤེས་བྱེད་དེ།

དེ་དག་རྣམ་པ་དུ་མ་དཔེར།

རྒྱ་ནི་རྒྱ་ནི་མདོར་བསྐྱས་ན་ས་བོན་གྱིས་འབྲས་བུ་  
བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་སྟེ། རྒྱ་དཔེར་ཀ་ར་ཀ་  
ཞེས་འབྱུང་། དུ་བ་ལས་མེ་དང་ཚུ་སྐྱར་ལས་ཚུ་ལྟ་བུ་རྒྱ་  
དེ་ལས་དཔགས་ནས་འབྲས་བུ་ཤུགས་གྱིས་རྟོགས་  
པའམ་ཤེས་པར་བྱེད་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྟེ་རྣམ་པ་  
གཉིས་སུ་འདུ། དེ་གཉིས་ལ་ནང་ཚན་དུ་དབྱེ་ན་བྱེ་བྲག་  
དུ་མ་ཞིག་ཡོད་པ་རིམ་བཞིན་འཆད་པས་ཤེས་པར་  
འགྱུར་བ་དེ་རྣམས་དཔེར་བརྗོད་ན་ཞེས་པའོ། །སྐབས་  
འདིར་རྗེ་བོད་མཁས་པས་གཞན་དག་འདི་མདོར་  
བསྐྱར་དུ་འཆད་པ་ནི་མདོར་བསྐྱར་གྱིས་རྒྱས་བཤད་ལ་  
མ་བྱུང་ཅིང་མཚན་ཉིད་རྟོག་ཁོངས་སུ་ལུས་པས་མི་  
འཐད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དགོངས་པ་བྱེད་པོའི་རྒྱ་

དང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་སུ་མདོར་བསྟན་པས།  
 དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་མཚར་བའི་རྒྱ་རྣམས་ལ་མ་ཁྱབ་  
 བོ་སྟམ་དུ་དགོངས་པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། འདི་ནི་རྒྱ་  
 འགྲེལ་ལས་ཀྱང་མདོར་བསྟན་ཡིན་པ་གསལ་བར་  
 བཤད། དེའི་ཆེ་མདོར་བསྟན་གྱིས་རྒྱས་བཤད་ལ་མ་  
 ཁྱབ་པའི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྱུར་བའི་གནད་ཀྱང་། སྒྱིར་རྒྱ་  
 རྒྱན་ལ་དབྱེ་ན་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་དང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 གཉིས་སུ་འདུ། དེའི་རྒྱ་མཚན་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་  
 མཚར་བའི་རྒྱའི་སྡེ་ཚན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྒྱ་དངོས་ཡོད་  
 དངོས་མེད་གང་ཡིན་དེ་ཉིད་བྱེད་པ་པོར་གྱུར་བའི་  
 སྒྱིར། བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་རྒྱན་དུ་འདུ་བར་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་  
 བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གསུམ། རྒྱ་དངོས་པོར་  
 གྱུར་པ། དངོས་མེད་དུ་བསྐྱང་བ། མཚར་བའི་རྒྱའོ། །



༡ རྒྱ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་རྒྱ།

དང་པོ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་རྒྱ་ལའང་གཉིས། བྱེད་པ་  
པོའི་རྒྱ། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱའོ། །དེའི་དང་པོ་ལའང་གསུམ་  
ལས་འབྲུབ་བྱེད་འོས་པའི་རྒྱ་ནི།

མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་གིས་ནི། །

ཅ་རྒྱན་ལྗོན་པ་གསར་པ་ཡི། །

ཡལ་འདབ་སྐྱོད་པར་བྱེད་པ་འདིས། །

ཀུན་གྱི་དགའ་བ་སྐྱོད་པར་བྱེད། །

སྟོ་སྟོགས་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་ཅ་རྒྱན་གྱི་ལྗོན་པ་ནམས་གྱི་  
ཡལ་འདབ་གསར་པ་སྐྱོད་ཅིང་འགྲུལ་བར་བྱེད་པ་  
འདིས་འཇིག་རྟེན་ཀུན་གྱི་དགའ་བ་སྐྱོད་ཅིང་འབྲུབ་  
པར་བྱེད་དོ། །དེ་ཡང་མ་ལ་ཡའི་རྒྱང་བྱེད་པ་པོ། ཅ་རྒྱན་  
གྱི་ལྗོན་པ་ལས། དེ་སྐྱོད་པ་ནི་བྱེད་པ། དགའ་བ་སྐྱེས་པ་

བྱ་བ་ཡིན་པས། རྒྱང་དེས་འབྲས་བྱ་དགའ་བ་དངོས་  
པོར་གྱུར་པ་སྦྱིད་དོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

དགའ་བ་སྦྱིད་པར་འོས་པ་ཡི། །

རང་བཞིན་ཉེ་བར་སྦྱར་བ་ནི། །

རྒྱན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་རབ་བསྟན་ཏེ། །

ཕྱོག་པ་དག་ཀྱང་དེ་དང་མཚུངས། །

དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་ནི་འདིས་འདི་བྱེད་དོ་ཞེས་  
རང་གི་ངོ་བོ་བརྗོད་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་བྱེད་པར་ཅི་ཡང་  
མི་བརྗོད་པས་རྒྱན་དུ་མི་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དགའ་བ་སྦྱིད་  
པར་འོས་པ་དགའ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རང་  
བཞིན་ཙུན་གྱི་སྒྲིན་པའི་ཡལ་འདབ་གསར་པ་ལ་  
བརྟུར་ནས་འོང་བ་དྲི་བཟང་པོ་བསེལ་བའི་རེག་བྱ་ཅན་

སོགས་ཀྱི་བྱུང་པར་གསལ་བར་བྱས་པ་ཉི་བར་སྐྱར་བ་  
 འདི་ནི་ངག་འདིར་རྒྱན་ཉིད་དེ། སྒྲན་ངག་གི་ངོ་བོར་  
 བསྒྲན་པས་བྱུང་པར་བརྗོད་པ་ཡོད་དོ། །དེས་ན་འདི་ནི་  
 དགའ་བ་དངོས་པོར་གྱུར་པའི་འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་བྱེད་  
 པོའི་རྒྱ་དཔེར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔག་བསམ་འབྲི་  
 ཤིང་ལས་ཀྱ་ན་ལའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་  
 ཏུ། མེ་རྟོག་རབ་རྒྱས་དེ་དང་དེ་དག་ལས། །དབྱེད་གྱི་  
 གཉེན་ལ་མཆོག་ཏུ་པན་པ་ནི། །བྲགས་པའི་རྣམ་པ་བུང་  
 བས་སྐྱོ་སྐྱོགས་པ། །ས་ཏ་ཀཱ་ར་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་པར་  
 གྱུར། །ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལས་སྒྲོག་པ་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་  
 མེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཡང་མཚུངས་ཏེ། རྒྱང་དེས་འབྲས་  
 བུ་དངོས་མེད་འགའ་ཞིག་ཀྱང་སྐྱེད་པས་སོ། །

དེར་དཔེར་བརྗོད་པ་གཉིས་པ་འབྲུབ་བྱེད་མེ་འོས་པའི་  
 རྒྱ་ནི།

མ་ལ་ཡ་ཡི་ཁུ་རྒྱན་ལ། །

རེག་ཅིང་ཅན་ཅན་ནགས་སྒྲིང་ནས། །

རྒྱང་འདི་འགོན་པོ་རྣམས་དག་ནི། །

ཉམས་པར་བྱ་བྱེད་ཉེ་བར་གནས། །

མ་ལ་ཡ་ཡི་རི་ངོས་ནས་འབབ་པའི་ཁུ་རྒྱན་ལ་རེག་པས་  
བསིལ་ཞིང་ཅན་ཅན་གྱི་ནགས་ཚལ་སྒྲིང་ནས་འོང་བས་ངེ་  
བཟང་པོ་འཐུལ་བའི་རྒྱང་འདིས་འགོན་པོའི་སྐྱེ་བོ་བྱང་  
མེད་དང་བྲལ་བ་རྣམས་གསུང་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་  
རིམས་ཡིན་ཅིང་། དེས་དེ་ཉམས་པ་སྟེ་འཆི་བར་བྱ་བའི་  
བྱེད་ཉེ་བར་གནས་སོ། །དེ་ཡང་རྒྱང་བྱེད་པ་པོ། ཁུ་རྒྱན་  
དང་ཅན་ཅན་གྱི་ནགས་ནི་ལས། རེག་ཅིང་སྒྲིང་པ་བྱེད་པ།  
འགོན་པོ་ཉམས་པར་བྱས་པ་བྱ་བ་སྟེ། རྒྱང་དེས་འབྲས་  
བྱ་ཉམས་པ་དངོས་མེད་སྐྱེད་པ་འདི་ལྟ་བུ་གཞན་ཡང་

འཕགས་སྐྱེས་པོའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ།  
དབྱིད་ཀྱི་ཨ་མའི་མེ་རྟོག་གིས། །ཁྱོད་དང་བྲལ་རྣམས་པ་  
རོལ་བསྐྱལ། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

དེ་ལྟར་བྱང་བའི་རྒྱང་གིས་ནི། །

འབྲལ་བའི་རིམས་ལས་བྱང་གྱུར་པ། །

སྐྱེ་བོ་ཡིད་འོང་ལ་སྐྱེད་པ། །

ཉམས་པ་སྐྱབ་པ་བྱེད་པར་ནུས། །

དེ་ལྟར་དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱང་དག་གིས་  
བྲལ་བ་ལས་སྐྱེས་པ་ཆགས་པའི་རིམས་ལས་བྱང་བའི་  
གདུང་བ་འབར་བར་གྱུར་ཏེ། ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཡལ་ལ་  
སྐྱེད་པའི་སྐྱེ་བོ་ལ་ཉམས་པ་སྐྱེ་འཆི་བ་སྐྱབ་པ་བྱེད་པ་  
ནུས་སོ། །འདི་ནི་ཡལ་བྱང་གི་རྒྱན་གྱིས་འཆི་བར་

བརྟགས་པས་འགྲོན་པོ་མེད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མེད་

པའི་འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱུ། །

རྒྱ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་བཀོད་རིམ་

དང་བཅས་པ་ནི།

འགྲུབ་པར་བྱ་དང་རྣམ་འགྱུར་ལ། །

དེ་ཉིད་ལ་སྟོས་རྒྱ་ཉིད་དེ། །

ཐོབ་པའི་ལས་ལ་ཕལ་ཆེར་ནི། །

བྱ་བ་ལ་སྟོས་རྒྱ་ཉིད་དོ། །

འགྲུབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དག་ནི། །

བསྟན་ཏེ་སྟག་མ་གཉིས་པོ་ཡི། །

དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ནི་བཀོད་བྱས་ནས། །

ཤེས་པར་བྱེད་པ་བསྟན་པར་བྱ། །

འབྲུག་པར་བྱ་བ་སྤར་མེད་སྦྱིད་པ་རྒྱང་དེས་དགའ་བ་  
 དངོས་པོར་གྱུར་པ་སྦྱིད་པ་དང་། ཉམས་པ་དངོས་མེད་  
 སྦྱིད་པ་གཉིས་བྱེད། རྣམ་པར་སྦྱར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱས་ཡིད་  
 འོང་གི་དངོས་པོ་མཐོང་བ་དུག་ཏུ་བསྦྱར་བ་སྟེ་གསུམ་  
 པོ་དེ་ལ། དེ་ཉིད་ལ་སྟོས་པའི་རྒྱ་སྟེ། དོན་འབྲུག་བྱ་དེ་  
 ལ་སྟོས་པའི་འབྲུག་བྱེད་དེ་རྒྱ་དང་། རྣམ་པར་བསྦྱར་བྱ་  
 དེ་ལ་སྟོས་པའི་སྦྱར་བྱེད་དེ་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་དགའ་  
 བ་སྦྱིད་པ་ལ་སྟོས་པའི་ཅརྩན་གྱི་སྟོན་པ་སྦྱིད་པའི་རྒྱང་  
 དེ་རྒྱ་དང་། རྣམ་པར་བསྦྱར་བྱ་དགའ་ཚལ་མཐོང་བ་  
 སོགས་ལ་སྟོས་པའི་འདོད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་པ་ལྟ་  
 བུའོ། །འདི་ལ་སྤྲ་འབྲེལ་རྣམས་སུ་རང་སྟོ་ཁོ་ན་ཚད་  
 མར་བཞག་པའི་གོ་བ་འཆོལ་ལྷགས་མི་འདྲ་བ་མང་  
 པོས་འབྲེལ་ལྷགས་ཀྱང་ཐ་དད་པ་དུ་མ་མཆིས་མོད།  
 གཞུང་གི་དགོངས་པ་རྒྱ་འབྲེལ་གྱིས་བཀྲལ་བ་ནི་བཤད་  
 མ་ཐག་པ་ལྟར་རོ། །

འཕྱོང་བྱའི་རྒྱ་ནི། འབྲས་བྱ་དེ་འབྲུག་མི་འབྲུག་བྱ་བ་དེ་  
 ལྷ་བྱ་བྲས་མ་བྲས་ལ་ལྷོས་པས་བྱ་བ་ཉིད་རྒྱར་རྒྱར་པ་  
 རྟེ། འོ་ན་འདི་ལ་ཡང་བསྐྱར་བྱ་འཕྱོང་བྱ་མི་འཕྱོང་པ་  
 དེ་རྣམ་པར་བསྐྱར་ནས་འཕྱོང་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་བྱ་བ་  
 དེ་ཡིན་པས་རྣམ་པར་བསྐྱར་བྱ་ཡོད་དོ་ཞེ་ན། དངོས་  
 པོའི་འཇུག་པ་དེ་འདྲ་ཡིན་ཡང་འཆད་ཚུལ་ཕལ་ཆེར་  
 བྱ་བ་ལ་ལྷོས་པའི་རྒྱ་སྐར་བཟོད་པ་དེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་  
 ལས་འབྲུག་བྱེད་ཀྱི་རྒྱའི་དབྱེ་བ་གཉིས་པོ་དག་བསྟན་  
 ཟེན་ཏེ། ད་ནི་ལྷག་མ་རྣམ་པར་འབྱུར་བྱེད་དང་།  
 འཕྱོང་བྱའི་ལས་ཀྱི་རྒྱའི་དཔེར་བཟོད་གཉིས་ནི་བཀོད་  
 པར་བྲས་ནས། ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཡང་བསྟན་པར་བྱའོ། །

དེ་ལས་གསུམ་པ་རྣམ་འབྱུར་ཀྱི་རྒྱ་ནི།

ལོ་འདབ་གསར་འབྱུངས་ནགས་ཚལ་དང་། །

འདབ་རྒྱ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་རྗེད་། །



ཟླ་བ་རྒྱས་པ་འདོད་པ་ཡིས། །

འགོན་པོ་ལྟ་བའི་དུག་ཏུ་བྱས། །

ལོ་འདབ་གསར་དུ་འབྱུངས་པའི་ནགས་ཚལ་དང་  
འདབ་བརྒྱ་སྟེ་པར་རབ་དུ་རྒྱས་པའི་རྫིང་བྱ་དང་། ཟླ་  
བའི་དགྲིལ་འཁོར་ཉ་གང་བ་སྟེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་  
དངོས་པོ་གསུམ་བསྐྱར་བྱ། རྣམ་པར་སྐྱར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་  
འདོད་པ། བསྐྱར་འབྲས་ལུལ་བྱུང་གིས་བརྗོད་པས་འཆི་  
བ་དང་། གཞན་དུ་ན་ཆགས་གདུང་གིས་གཟེར་བ་ཙམ་  
སྟེ། དེས་ཡིད་འོང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་ལྟ་བའི་དུག་  
ཏུ་འགྱུར་བས་རྣམ་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
འཆད་པ་འགྲེལ་བྱེད་ཁ་ཅིག་གིས་བཀག་ནས། ནགས་  
ཚལ་སོགས་ཡིད་འོང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་རྒྱ་དང་།  
འདོད་པས་གཟེར་བ་འབྲས་བུར་འདོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་  
མི་འཐད་ཏེ། སློབ་དཔོན་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱི་རྒྱ་འགྲེལ་

དུ་འདོད་པ་སྟེ་ཡིད་སྤྲུབས་ཀྱི་རྒྱུ། ལོ་འདབ་གསར་པ་  
འབྱུངས་པའི་ནགས་ཚལ་ལ་སོགས་པ་མཛེས་ཤིང་ཡིད་  
དུ་འོང་བ་དེ་རྣམས་ཀྱང་འགོན་པོ་ལྷ་བུའི་དུག་སྟེ་འཆི་  
བ་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུའི་རྣམ་འགྱུར་སྦྱིད་པར་བྱེད་  
པའི་ཕྱིར། ཞེས་བཀྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། གལ་ཏེ་འདོད་  
པའི་རྒྱ་མེད་ན་ཡིད་འོང་གི་དངོས་པོ་མཐོང་བ། འགོན་  
པོ་ལྷ་བུའི་དུག་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་འགྱུར་བའང་བསམ་དགོས་  
སོ། །

བཞི་པ་འཕྲོ་བུའི་རྒྱ་ནི།

ཁེངས་པ་གོམས་པར་བྱའོ་ཞེས། །

གྲོགས་མོ་མཛའ་བོའི་གནས་བཀོད་ལ། །

བུ་མོ་སྒྲིན་འབྲུག་མིག་གཡོན་གྱིས། །

མཆུ་ནི་གཡོ་ཞིང་བལྟ་བར་བྱེད། །

བྱ་མོ་འགའ་ཞིག་རང་གི་མཛའ་བོ་ལ་དུས་རྟག་དུ་  
 སེམས་ཆགས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་པས་དེ་ལ་འགྲོགས་པ་  
 དང་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པའི་ཁེངས་པ་ནམ་ཡང་བྱ་མ་  
 རུས་པའི་མཛའ་བ་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་དེ། མཛའ་  
 བོས་ཤེས་ཤིང་རིག་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་ད་ནི་བདག་  
 ཀྱང་ཁེངས་པ་བསྐྱབ་ཅིང་གོམས་པར་བྱའོ་ཞེས་བརྗོད་  
 ནས། རང་གི་མཛའ་བོ་དངོས་ལ་ཆགས་པའི་ཤུགས་ཀྱི་  
 ཁེངས་པ་བྱ་བར་མི་རུས་པ་དེའི་ཕྱིར་རང་གི་གྲོགས་མོ་  
 མཛའ་བོ་ཡིན་པ་ལྟར་བྱས་ནས་སྤྲོད་བཅུག་པ་ནི་  
 གྲོགས་མོ་མཛའ་བོའི་གནས་སུ་བཀོད་པ་སྟེ། དེ་ལ་བྱ་མོ་  
 དེས་ཁེངས་པའི་ང་རྒྱལ་གྱིས་སྤོ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ཆགས་  
 པ་དང་རྗེས་སུ་མི་མཐུན་པ་སྟེན་མ་འཁྱོག་ཅིང་། མིག་  
 གཡོན་པོར་ལྟ་བ་དང་། མཆུ་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
 འགྱུར་ལ་སྟོབ་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་སྟེ། བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུས་  
 ཁེངས་པ་བྱ་མི་རུས་པར་བདག་པོ་ལ་ཆགས་པའི་

སེམས་མི་བཟོད་པ་དེ་བདག་པོ་རང་གིས་ཤེས་ཤིང་  
 གསལ་བར་བྱེད་ལ། རྒྱ་དེས་མཛའ་བོ་དེ་ཡང་བྱ་མོ་དེ་  
 ལ་ཤིན་ཏུ་སེམས་ཤིང་། འདི་འདི་ལྟར་བདག་ལ་མཛའ་  
 བ་ཆེན་པོའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་ཞིག་གོ་སྟེ། བཙུ་ཞིང་  
 དུང་བས་དུས་རྟག་དུ་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་  
 རྒྱ་བྱ་བ་དེ་ལ་སྟོས་པའི་ཕྱིར། འཐོབ་བྱེད་ཀྱི་བྱ་བ་དེ་སྟོ་  
 བྱ་རྒྱ་དང་། རྟག་དུ་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པ་འབྲས་བུར་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར། འདི་ནི་འཐོབ་བྱའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་བྱ་བ་ལ་སྟོས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདི་ཉིད་འགྲེལ་ཚུལ་དཔང་རྒྱུ་  
 དང་བོད་མཁས་པའི་འགྲེལ་པ་གཉིས་གཞུང་དོན་དང་  
 མཐུན་ཡང་ཏེ་ཅང་མི་གསལ་བས་གོ་དགའ་བ་དང་།  
 གཞན་འགྲེལ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཇི་བཞིན་མ་བཤད་པའི་  
 ཆོག་གི་རྟོག་མས་སྤར་ཡང་མགོ་ཚིངས་བྱས་ཏེ་གཞུང་  
 གི་དགོངས་པ་དང་རྒྱན་འདིའི་མཚན་ཉིད་མི་གསལ་  
 བས་ཐུན་པའི་ལམ་དུ་འབྱུང་བ། འདིར་རྒྱ་འགྲེལ་

གཉིས་དང་པའ་ཆེན་སྒྲ་མའི་གསུང་གསང་ལ་བརྟེན་

ནས་ཅུང་ཟད་གསལ་བར་བྱས་པའོ། །

ཕྱ་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་དཔེར་བརྗོད་གཉིས་ལས་དང་

པོ་ནི།

ཉི་མ་རྒྱབ་གྱུར་སྒྲ་བ་མཛོས། །

འདབ་ཆགས་རྣམས་ནི་གནས་སུ་སོང་། །

ཞེས་པ་འདི་ཡང་དུས་ཀྱི་སྐབས། །

གོ་བར་བྱེད་པ་ལེགས་པ་ཉིད། །

ཉི་མ་སྒྲ་བའི་གཏེར་ནི་རྒྱབ་ཐུ་སྟེ་ཕྱོགས་སུ་རྒྱབ་

པར་གྱུར་ཅིང་། ཤར་དབང་པོའི་ཕྱོགས་ནས་སྒྲ་བ་

བདུད་ཅིའི་འབྱུང་གནས་ཤར་བའི་འོད་དཀར་གྱི་ཕྱིང་

བས་འཛིག་ཏེན་མཛོས་ལ། འདབ་ཆགས་བྱའི་རིགས་

རྣམས་ནི་རང་རང་གི་ཆང་དུ་ཉལ་བ་ལ་སོང་ངོ་། །ཞེས་

པའི་ཆོག་སྒྱུར་འདི་ཡང་སྔོན་དུས་ལ་སོགས་པ་དུས་ཀྱི་  
སྐབས་གོ་ཞིང་མི་འབྲུལ་བར་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ་རང་  
གི་ངོ་བོ་ཅམ་བཟོད་པ་འདི་ཡང་ལེགས་པ་སྟེ་རྒྱན་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་པས་འདི་རྒྱན་མ་ཡིན་པར་སྒྲིབ་བསལ་  
ཏོ། །

དཔེར་བཟོད་པ་གཞན་ཡང་།

གྲོགས་མོ་འདོད་པས་གཟེར་བའི་ཡིད། །

ཟླ་བའི་ཟེར་གྱིས་མི་སྒྲིག་ཅིང་། །

ཅ་རྒྱན་ཁུ་ཡིས་མི་བཟོད་པ། །

ལུས་ཀྱི་དྲོད་གྱིས་ལེགས་པར་རྟོགས། །

ཞེས་པའི་སྒྱུར་བ་རྣམས་ལ་ནི། །

ཡིད་འོང་ཤེས་བྱེད་རྒྱ་དག་མཆོན། །

གྲེ་གྲོགས་མོ་བྱོད་གྲེ་ཡིད་འདོད་པས་གཟེར་བ་ཤེས་  
 བྱར་བྱར་བ་འདི་ནི་ལྷ་བའི་འོད་ཟེར་བསེལ་བས་ཀྱང་  
 མི་བསྐྱོག་ཅིང་། ཅན་གྱི་ཁྱུ་ཡིས་ཀྱང་སེལ་བར་མི་  
 བཟོད་པ། ལུས་གྲེ་དྲོད་འདོད་པའི་ཆོས་སུ་འབར་བ་  
 འདིས་ལེགས་པར་རྟོགས་པའམ་རྟོགས་པར་སྤོལ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཡིན། འགའ་ཞིག་གིས་གཏུང་བ་འཛིན་ཞེས་  
 བསྐྱར་བ་ནི་མི་ལེགས་ཏེ། དེའི་སྐད་དོད་ཀྱི་དཔེར་མི་  
 ལྷང་བས་སོ།།

སྐབས་འདིར་བོད་གྲེ་འབྲེལ་པ་ནམས་སུ་དཔེར་བཟོད་  
 རྒྱ་མ་ལ་ཕྱི་དུས་གོ་བ་ཤེས་བྱེད་གྲེ་ཁྱུ་དང་། ཕྱི་མ་ལ་  
 རང་ཤེས་བྱེད་གྲེ་ཁྱུ་ཞེས་པའི་མིང་འདོགས་མཛད་པ་  
 དོན་དང་མི་མཐུན་པ་མེད་པས་ལེགས་ཀྱང་། དེ་གཉིས་  
 ཁྱུ་མི་འདྲ་བའི་དབྱེ་བ་ཡིན་པར་གོ་ན་མི་རུང་ཞིང་།  
 ཁྱུ་འབྲེལ་གཉིས་དང་དཔང་རྒྱུ་ནའང་མིང་འདོགས་

དེ་མ་མཛད་པས་འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བཀོད་ལ།  
 དོན་དུ་ནི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལ་དཔེར་བཙུགས་གཉིས་  
 མཛད་པ་ཕྱི་ནང་གི་བཙུགས་བྱ་ལ་སྟོས་ན་ཐ་དད་ཀྱང་  
 རྒྱན་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པ་རབ་གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་བསྐྱོད་  
 པའི་སྤྱི་དཔེར་བཞིན་ནོ། །དེ་བས་ན་དཔེར་བཙུགས་པ་  
 གཞན་ཡང་། སྟོབ་དཔོན་རྩ་བའི་མཛད་པ། ནི་ཏ་སྟེ་ནི་  
 ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་། །དབྱེས་མཐོ་མེད་དམན་ཀྱན་འཇུག་  
 ཞིང་། །གཡོ་བའི་སྟེ་བས་འདྲིད་བྱེད་པས། །མཆོག་གི་  
 བཙུགས་པས་ངེས་པར་གྲུབ། །ཅིས་རྒྱ་དེ་དག་ལས་འབྲས་  
 རུ་མཛའ་བོ་གཞན་ལ་ཆགས་ནས་འགྲོགས་འདོད་ཀྱི་  
 འདོད་པ་ཤེས་པ་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་། མཆོག་གི་བཙུགས་  
 པ་ནི། འདོད་པ་དོན་དུ་གཉེར་བར་སྟོན་པ་དང་། ཀྱན་  
 འཇུག་ཞེས་པའི་འཇུག་པ་ཡང་ཆུང་དུར་དགོད་པའི་  
 འཇུག་བ་དེ་མེན། ཟུམ་པ་ལ་འཇུག་པ་རྒྱ་དཔེར་གསལ་  
 འདུག་གསུངས། ཡང་། རང་ཉིད་འདོད་པས་སྐྱེ་ཞིང་



སྒྲུལ། །རྩུབ་ཅིང་སྒྲོངས་དང་འབྲུགས་པའི་ཚོག་ །ལྷུས་ཕྱ་  
 བྱོད་ཀྱིས་སྒྲུབ་བྱེད་པ། །འབྲུལ་བའི་རིམས་ཀྱིས་གདུངས་  
 བར་ཤེས། །ཞིས་པ་དང་། མིག་ནི་ཀུན་ཏུ་དམར་ཞིང་  
 འབྲུགས། མིག་འབྲས་ཐོར་བྱ་གཡོ་བྱེད་པས། །ཆགས་པ་  
 ཟེལ་གྱིས་མནན་བྱས་བྱིར། །རི་དྲགས་མིག་བྱོད་བྱབ་  
 པར་དགའ། །མཛེལ་བོའི་ཆགས་པ་སྒོ་བས་ཟེལ་གྱིས་  
 མནན་པའི་བྱད་མེད་སྒོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་དེས་མཛེལ་  
 བོའི་རེ་བ་མི་རྣམས་པའི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། །ལྷུས་མཆོག་མ་  
 བྱོད་བསྒྲེག་དགའི་ཚོག་ །རྩུབ་སྒྲུབ་རྒྱན་ཡང་ཉུང་བ་  
 འདིས། །མཆོག་ཏུ་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་  
 དང་། །འགྲོགས་པའི་ཆ་ལྷགས་བརྗོད་པར་བྱེད། །ཨ་མ་  
 ར་ཀོ་ཤའི་འབྲེལ་པ་འདོད་འཛིན། བྱད་མེད་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཐབས་དང་འབྲེལ་བའི་རོལ་སྒྲིག་མང་དུ་བཤད་པའི་  
 རྣང་ནས་ཆགས་པས་བསྐྱང་བའི་ཚོག་རྩུབ་པོ་སྒྲུབ་ས་  
 རྒྱུས་པ་ལ་འཛིངས་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཏེ། འདི་

ཡང་འགྲོགས་འདོད་ཀྱི་ཆགས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་  
ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྐུ་ལོ། །

གཞན་ཡང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་སྐུ་དངོས་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་  
ཡང་ཡོད་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

ལྷས་སྤྱ་བྱོད་ནི་ཁྱོ་བ་ལས། །

བསྐྱེད་སྤྱོད་ཤིན་འཁྱོག་བྱེད་པར་འགྲོ། །

བདག་ཉིད་འཆོ་བ་གསལ་བྱེད་པས། །

བདག་གཞན་ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པར་བྱེད། །

ཅས་པའི་དོན་ཆགས་སྤུངས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་བྱེད་  
མེད་མཛེས་མ་ལ་ཆགས་ཤིང་། དེའི་འཛོ་སྐྱེད་མཛེས་  
ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པས་སེམས་འཕྲོག་ཅིང་དེ་དང་འགྲོགས་པ་  
མ་ཐོབ་པ་ཞིག་གིས་སྤྲོས་པ་སྐྱེད་ཏུ་བྱས་པ་སྟེ། སྤྲོ་ཚུལ་  
ལྷས་སྤྱ་མ་འདིས་ཁྱོ་བའི་རྣམ་འགྱུར་ལས་བསྐྱེད་སྤྱོད་

མངོས་པའི་བྱར་མིག་གི་སྒྲིན་འཁྱོག་དང་བྱད་པར་བའི་  
 འགྲོ་ཚུལ་སོགས་བྱད་མེད་རང་ཉིད་འཚོ་བའི་གནས་  
 སྐབས་ཀྱི་མཚོག་ལང་ཚོ་དང་པོའི་དུས་ཀྱི་མངོས་པ་  
 གསལ་བར་བྱས་པ་འདིས་འགྲོགས་པ་མ་ཐོབ་པ་བདག་  
 ཉིད། གཞན་ཏེ་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྒྲིན་པར་  
 བྱད་པའོ། །དེས་ན་རྒྱ་དངོས་མེད་འགྲོགས་པ་མ་ཐོབ་  
 པས་འབྲས་བུ་ཤི་བ་དངོས་མེད་སྒྲིན་པས། རྒྱ་དངོས་  
 མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་དངོས་མེད་སྐྱེད་པས་རྒྱ་རྒྱན་དང་།  
 བྱད་མེད་ལ་ཆགས་པ་ཤེས་པར་བྱད་པའི་ཚིག་འདི་ལྟ་  
 བུ་སྤྲུལ་པ་ཤེས་བྱད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་  
 སྦྱོར་བ་སྒྲིན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་དུ་འོང་བའི་  
 རྒྱན་ཤེས་བྱད་ཀྱི་རྒྱ་དུ་མ་ཡོད་པ་རྣམས་གཞུང་འདིར་  
 དཔེར་བརྗོད་པ་གཉིས་པོ་འདིས་མཚོན་ཅིང་ཤེས་པར་  
 བྱ་བ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྦྱར་བར་བྱའོ། །དེས་ན་  
 ཡིད་འོང་ཤེས་བྱད་ཅེས་པའི་དོན་ཚིག་སྦྱོར་འདིས་

རྟོགས་བྱ་སྐྱེས་བྱ་གྲོགས་མའི་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཤེས་པར་  
བྱེད་ཅེས་འགྲེལ་བ་ནི་མ་བརྟག་པར་སྤྲོ་པའི་བབ་  
བཅོལ་གྱི་ཆོག་གོ།

༡ དངོས་མེད་དུ་བགྱང་བའི་རྒྱ།

དངོས་མེད་དུ་བགྱང་བའི་རྒྱ་ལ་གསུམ། དངོས་པོའི་  
འབྲས་བྱ་བཞི་སྐྱེད་བྱེད་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་བཞི་དང་། རྒྱ་  
དངོས་མེད་ཀྱིས་འབྲས་བྱ་ཡང་དངོས་མེད་སྐྱེད་པའི་  
དཔེར་བརྗོད་འགྲེལ་པའི་ཁ་བསྐྱངས་བཅས་པ་དང་།  
དོན་བསྡུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་འཆད་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

དངོས་མེད་རྒྱ་ནི་ཡིད་འཕྲོག་པ། །

འགའ་ཞིག་རབ་དུ་བསྟན་པར་བྱ། །

དགག་ཆོག་གི་སྒོ་ནས་སྟན་ངག་གི་སྐབས་འདིར་དངོས་  
པོ་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ལ་རྒྱ་ཡང་ཡིན་པས་དངོས་མེད་ཀྱི་

རྒྱ་ཁེས་གྲགས་པ་ཡིད་འཕྱོག་པའི་ཉམས་དང་ལྡན་པ་  
 འགའ་ཞིག་དཔེར་བརྗོད་ཅིང་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ་ཐམས་  
 ཅད་ནི་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་ནོ། །ཁེས་པའོ། །དེ་  
 ལས་དང་པོ་ལྡན་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་ནི། རིག་པ་  
 རྣམས་ནི་མ་གོམས་དང་། །སློ་ལྡན་རྣམས་དང་མ་  
 འཕྱོགས་དང་། །དབང་པོ་རྣམས་ནི་མ་བསྐྱམས་  
 པས། །མི་རྣམས་རབ་ཏུ་གདུང་བར་གྱུར། །སློན་དང་  
 ཡོན་ཏན་འབྱེད་པའི་གཞི་སྡེ་བཞིས་བསྐྱུས་པ་རིག་པའི་  
 གནས་རྣམས་ལ་མ་སྦྱངས་ཤིང་མ་གོམས་པ་དང་། །སློ་  
 ལྡན་བསྟན་བཅོས་ཤེས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་དང་མ་  
 འཕྱོགས་པ་དང་། དབང་པོ་མིག་ལ་སོགས་པ་མ་  
 བསྐྱམས་ཏེ་ཉེས་པ་སྦྱེད་པའི་ཡུལ་ལ་མ་བཀག་པའི་  
 རྒྱས་མི་རྣམས་འཁྱོད་ཅིང་སྟུག་བསྐྱེད་བས་རབ་ཏུ་  
 གདུངས་པར་གྱུར་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་རྣམས་སྤེའི་  
 རྒྱ་འགྲེལ་དུ། དམ་པའི་སྦྱེ་བོས་རིང་དུ་མ་བཀར་འགའ་

ཞིག་བྱང་བ་ན། །ལེགས་པར་བསྟན་ཅིང་རྣམ་པར་དུལ་  
 བའི་ལྷགས་ཀྱིས་རྗེས་སུ་འགོ། །དེ་དེའི་ཡོན་ཏན་མེ་ཏོག་  
 རྩལ་མང་རྣམ་པར་འཕྲོ་བ་ལ། །འབད་པ་མེད་པར་དེ་  
 དང་ཉེ་བར་འགོ་ཞིང་རེག་པར་བྱེད། །ཅིས་འབྱུང་བ་  
 འདི་དཔེར་བརྗོད་མ་ཡིན་ཀྱང་ཡོན་ཏན་རྣམ་པ་མང་  
 བོ་ཐོབ་པའི་བྱེར་མཁས་པ་དང་འགོགས་པར་གདམས་  
 པའི་ལྷང་འདྲན་ཞིག་ཡིན་འདུག་པ་རྒྱ་འགྲེལ་ཉིད་ན་  
 ཡོད་པ་ལྟར་ཞལ་བྱང་དུ་བསྐྱུར་ནས་བཀོད་པའོ། །རིག་  
 པ་མ་གོམས་པ་སོགས་སྟོན་ཆད་བྱས་པ་མེད་པའི་རྒྱ་མ་  
 སྐྱེས་པ་སྟེ་དངོས་མེད་དེ་རྣམས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་སྟུག་  
 བསྐྱེད་དངོས་པོར་གྱུར་པ་སྐྱེད་པས་ན་སྟེ་མེད་པའི་  
 བྱེད་པ་པོའི་རྒྱའོ། །རྒྱ་དཔེར་ཀླ་ར་ཀ་ཞེས་འབྱུང་བ་  
 བྱེད་པ་པོ་སྟེ་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་རྣམས་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱར་  
 བསྐྱེད་པའི་གཏན་ཆོགས་ཀྱང་འདི་ཡིན། དེས་ན་མཛོད་  
 ལས། བྱེད་རྒྱ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་དང་། །ཞེས་པས་སྟོན་

པ་རྒྱ་རྒྱལ་གི་ནང་ཚན་དང་པོ་དང་འདི་མི་གཅིག་སྟེ་  
 རྣམ་བཞག་ཐ་དད་པ་ཡིན། དེར་ཡང་མ་ཟད་ཡོངས་  
 གྲགས་ལྟར་ན་རྒྱ་མེད་པས་འབྲས་བུ་སྦྱིད་པ་མི་སྦྱིད་  
 གྲང་འདིའི་དངོས་མེད་ནི་དགག་ཚིག་ཙམ་ལ་བཏགས་  
 པའི་བཏགས་པ་བ་ཡིན་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཞིག་ནས་མེད་པའི་བྱེད་པོའི་རྒྱ་ནི།

འདྲོད་པའི་གཏམ་གྱིས་སྦྱོས་པ་སོང་། །

ལང་ཚོ་ཡི་ནི་རིམས་དག་ཉམས། །

སྦྱོངས་པ་ཟད་ཅིང་སྦྱིད་པ་འཕོས། །

བསོད་ནམས་གནས་ལ་ཡིད་དག་བྱས། །

འདྲོད་པའི་ཡུལ་གྱི་ལོངས་སྦྱོད་ཀྱི་གཏམ་ཐོས་པ་ཙམ་

གྱིས་ཆགས་པས་སྦྱོས་པར་འགྱུར་བ་ནི་བའི་བར་ཆད་

དུ་གྱུར་པ་དེ་ཡང་ག་ཤེད་དུ་སོང་བ་ལྟར་མི་སྦྱང་ལ།

ལང་ཚྭ་གཞིན་པ་དུལ་བར་གནས་པ་དང་འགལ་བ་ཁོ་  
 ན་ཤིན་ཏུ་ཆགས་པས་གདུང་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རིམས་  
 ནད་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ད་ནི་ཉམས་ཤིང་བྲལ། རྩོངས་པ་  
 འཁོར་བ་སྐྱག་བསྐྱལ་གྱི་རང་བཞིན་ལ་བདེ་བའོ་ཞེས་  
 ཕྱིན་ཅི་ལྟག་ཏུ་འཛིན་པ་ཡང་ཟད་ཅིང་ཞིག་སྤེད་པ་  
 རྩོངས་པའི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས་ཡུལ་ལ་ཆགས་ཤིང་  
 ཞེན་པའང་འཕྱོས་ཏེ་ཉམས། རྒྱ་དེ་རྣམས་ལས་འབྲས་  
 སུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞེས་སུ་བ་ཞི་བ་ཆགས་  
 བྲལ་རོ་གཅིག་པ་ལ་ཡིད་བྱས་ཏེ་སེམས་བཞག་གོ། ཞེས་  
 གན་པོ་ཞིག་གིས་སྐྱས་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། འདོད་པའི་  
 གཏམ་གྱིས་སྦྱོས་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་དེ་རྣམས་སྤར་  
 ཡོད་པ་ཕྱིས་ཞིག་ནས་ད་ལྟ་མེད་པར་གྱུར་པའི་རྒྱ་  
 དངོས་མེད་དེ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་སུ་བསོད་ནམས་ཀྱིས་  
 གནས་ཚུལ་ལ་འཇུག་པའི་སྒོ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་སྟེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཞིག་ནས་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱུའོ། །



གསུམ་པ་པན་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་ནི།

ནགས་ཚལ་འདི་དག་བྱིས་མ་ཡིན། །

ཁྱ་སྤང་འདི་དག་བྱུང་མེད་མིན། །

རི་དྲགས་འདི་དག་བྱ་ཆ་མིན། །

དེ་ཕྱིར་བདག་གི་ཡིད་དགའོ། །

ནགས་ཚལ་སྤང་བཞིན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདི་དག་  
སྒྲིན་གྱི་རང་བཞིན་བྱིས་དེ་མ་ཡིན་ཞིང་། ཁྱ་སྤང་གྱི་  
གྱུར་འབབ་པ་འདི་དག་ཡུལ་གྱི་དུག་གིས་བརྒྱལ་བར་  
བྱེད་པའི་བྱུང་མེད་མིན་ལ། གཡས་གཡོན་དུ་རྒྱ་བའི་རི་  
དྲགས་འདི་རྣམས་ཀྱང་འཆིང་བར་བྱེད་པའི་བྱ་དང་ཆ་  
བོ་མིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཐམས་ཅད་གཙང་ཞིང་དགོ་བ་ཁོ་  
ནར་གནས་པ་དེའི་ཕྱིར་བདག་གི་ཡིད་ལ་དགའ་བ་  
ཉམས་སུ་སྒྱུང་ངོ་། །ཞེས་བྱིས་ལས་ཡིད་བྱུང་བའི་ཆགས་

བྲལ་ནགས་ན་གནས་པ་ཞིག་གིས་སྤྲ་བ་སྟར་བྲས་པ་སྟེ་  
 འདྲིར་ནགས་ཚལ་ནི་བྲིས་མ་ཡིན་ལ། བྲིས་ནི་ནགས་  
 ཚལ་མ་ཡིན་པ་སོགས་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་མི་  
 གནས་ཤིང་ཡིན་པ་མེད་པའི་རྒྱ་དངོས་མེད་དེ་རྣམས་  
 གྱིས་འབྲས་བུ་དགའ་བ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་སྐྱེད་པ་ནི་  
 པན་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱལོ། །དེས་ན་སྟར་ཐང་  
 པ་སྤྲོ་སྤྲོ། སྤྲོར་བྲིས་ཡིན་ཡང་ཞེས་པ་དང་། སྤྲོར་  
 བྱད་མེད་ཡིན་ཡང་སོགས་ཀྱི་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་  
 མཛད་པ་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་དང་མ་འབྲེལ་ལོ། །

བཞི་པ་སྤངས་ནས་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་ནི།

ཤིན་ཏུ་མ་བརྟགས་སྤྱོད་ངན་ནི། །

འཕགས་པ་རྣམས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། །

དེ་སྤྲོར་དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་ནི། །

ཕུན་ཚྭ་གས་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་འཕེལ། །

སྤང་བྱ་དང་སྤང་བྱའི་གནས་གང་དག་བྱ་བར་འོས་མི་  
 འོས་མ་དབྱེད་པར་གྱ་ཚྭ་སྤྱད་པའི་སྤྱད་ངན།  
 འཕགས་པ་སྟེ་དམ་པའི་སྦྱོར་བྱ་ཡ་རབས་རྣམས་ལ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་བྱ་བ་གང་ཡང་ཤིན་ཏུ་  
 དབྱེད་ནས་བྱེད་པའི་རྒྱས། དེ་རྣམས་ཀྱི་ཆེ་འདི་དང་བྱ་  
 མའི་ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས་པ་ཐམས་ཅད་རྟག་ཏུ་འཕེལ་  
 བྱེད་རྒྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་པ་སྟེ། འདིའི་གཞུང་ཚོག་  
 གིས་འགྱུར། མ་བརྟག་སྤྱད་པ་འཕགས་པ་ནི། རྣམས་ལ་  
 ཤིན་ཏུ་ཡོད་མ་ཡིན། ཞེས་བསྒྱུར་བའི་འགྱུར་དེ་ལ་རྒྱ་  
 དཔེར་ཡོད་པའི་སྤྱད་དོད་མང་པོ་ཆད་པའི་སྦྱོར་ཡོད་  
 པས་མི་ལེགས། དན་པའི་སྤྱད་དོད་མ་སང་ཀྱང་རྒྱ་སྤྱད་  
 ལ་ཡོད་པས་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་ལེགས་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་ལ་ཤིན་ཏུ་མ་བརྟག་

པའི་སྒྱུད་ངན་སྤངས་ནས་མེད་པའི་རྒྱ་དེས་འབྲས་བུ་  
ཡུན་ཚྭ་གས་དངོས་པོར་གྱུར་པ་སྦྱེད་པས་ན་སྤངས་ནས་  
མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱལོ། །དེ་ལྟར་ན་དཔེར་བརྗོད་  
བཞི་པོ་དེ་ནི་མེད་དགག་ཁོ་ན་རྒྱུར་བྱས་པ་དངོས་པོའི་  
འབྲས་བུ་ཅན་ཤ་སྟག་གོ།

གཉིས་པ་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་དངོས་མེད་སྦྱེད་  
པའི་དཔེར་བརྗོད་གཞུང་གིས་དངོས་བསྟན་བཅོམ་པའི་  
དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་ནི།

སྦྱེད་ཚལ་ས་ཏ་ཀླ་ར་རྣམས། །

སྟེ་མ་མ་འབྲུངས་པ་མེན་ན། །

མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་བུད་མེད་ནི། །

ཏིལ་བཅས་ཁྱོར་ཆུ་སྦྱིན་བྱར་འགྱུར། །

སྐྱེད་མོས་ཚལ་གྱིས་ས་ཏྲ་ཀླ་རའམ་ཅུ་ཏྲའམ་ཨ་མ་མེས་  
 བ་རྣམས་ནི་དོན་གཅིག་མེད་གི་རྣམ་གྲངས་ཏེ། བོད་ལ་  
 ཨ་འབྲས་སམ་ཤ་འབྲས་སུ་གྲགས་པ་ཞིག་འབྱུང་བ་  
 འདི་ཤིང་དེའི་འབྲས་བུ་སྟེ། དེའི་ཤུན་པ་རྒྱ་གར་བ་  
 རྣམས་མངར་བའི་ཚད་དུ་ཅི། དེ་ལས་གཞན་རྒྱ་ནས་  
 འོངས་པའི་རྒྱ་ཡུང་ཐལ་བ་ཅན་འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ཨ་  
 འབྲས་སུ་ངོས་འཛིན་པ་ནི་ལོར་བ་སྟེ། འདི་ལ་ལེགས་  
 སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་ཏིཙྪ་ཀ་ཞེས་གྲགས་པ་ཡིན་ལོ། དེ་ལྟར་  
 ཨ་མའི་ཤིང་དེ་ལ་སྟེ་མ་མ་འབྲུངས་པ་མེན་པ་ཞེས་མ་  
 འབྲུངས་པ་དགག་བྱར་བྱས་ནས་སྦྱར་ཡང་དགག་ཆོག་  
 སྦྱར་བ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱིས་རྣལ་མ་གོ་བའི་ཕྱིར་དོན་  
 དུ་སྟེ་མ་འབྲུངས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དགག་ཆོག་གི་དབང་  
 གིས་རྒྱ་དངོས་མེད་དུ་བཞག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྟེ་མ་  
 འབྲུངས་པ་འགོན་པོའི་བུད་མེད་ཐལ་བས་ཉེན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་མཐོང་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ཆགས་པའི་མེས་སྲེག་

ཕ་རྣམས་ཏིལ་དང་བཅས་པའི་འཁྱུར་ཆུ་སྦྱོན་བྱར་  
 འགྱུར་ཏེ་ཤིའོ་ཞེས་ཕུལ་བྱུང་བཟོད་པའི་རྒྱན་གྱིས་  
 བསྟན་ཏོ། །ཤི་བ་ལ་ཏིལ་དང་བཅས་པའི་འཁྱུར་ཆུ་སྦྱོན་  
 ཕ་གྲུབ་མཐའ་སྦྱོར་ནང་གང་གི་འང་ལྷགས་མེན། རྒྱ་གར་  
 བའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཕ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་སྤྱོད་གཤེན་པོ་  
 རྣམས་ལ་དགོ་ཅ་སྦྱབ་པ་དེ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་བྱིར། བྲམ་  
 ཟེ་གཙང་མ་ཞིག་གིས་ཏིལ་དང་བཅས་པའི་འཁྱུར་ཆུ་  
 སྦྱོན་ཅིང་བསྒྲོ་བ་དེང་སང་ཡང་བྱེད་པས། བོད་རྒྱུ་  
 རྣམས་སུ་སྒྲོན་རབས་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷགས་ཞེས་  
 བཤད་ཀྱང་དེ་ཁོ་ནར་མ་ངེས་སོ། །འབྲས་བུ་དངོས་མེད་  
 ཀྱི་ངོས་འཛིན་ཆགས་པས་བརྒྱལ་ནས་དྲན་པ་ཉམས་པ་  
 ཅམ་ལ་བཞག་པའང་མི་འཐད་དོ། །འདིར་མ་འབྱུངས་  
 ཕ་མེན་པའི་རྒྱ་དངོས་མེད་གྱིས་འབྲས་བུ་ཤི་བ་དངོས་  
 མེད་སྦྱེད་པས་བཅོམ་པའི་དངོས་མེད་ཀྱི་རྒྱའོ། །དཔང་  
 ལོ་ཆེན་པོས། ངག་གི་དབང་ཕུག་ནི་ཞིག་ནས་མེད་པའི་

རྒྱ་ཞེས་འཆད་དོ་གསུངས་པ། དེ་དྲི་ས་ཞིག་པ་ལ་འཇུག་  
 པས་ཐད་ཀར་བསྐྱར་ན་དེ་བཞིན་ཡིན་མོད་ཀྱང་། མ་  
 འབྲུངས་པ་ལ་དགག་ཆོག་སྐྱར་བ་འབྲུངས་པ་ཡིན་པས།  
 དེ་ཞིག་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱེད་གོ་དོན་དང་མི་  
 འགྲིག་ཅིང་། བཅོམ་པ་ལ་བསྐྱར་ན་གོ་དོན་དང་སྐད་  
 དོད་གཉིས་ཀ་ལ་མི་འགལ་བས་དེ་བཞིན་ལེགས་པ་  
 ཡིན་གསུངས། གཞན་ཡང་སློབ་དཔོན་རང་གིས། ཞིག་  
 ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་སྐྱོགས་གསུམ་ལ་གཞུང་གིས་  
 དངོས་བསྟན་དངོས་པོའི་འབྲས་བུ་ཅན་རྣམས་སྤར་  
 བཤད་ཟིན་ནས། རྒྱགས་བསྟན་དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 ཅན་གསུམ་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་ཁ་བསྐྱངས་བའི་དང་པོ་ཞིག་  
 ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཅན་ནི།

མིག་མེད་པས་ནི་མཛོས་མ་འགའ། །

མཐོང་བ་དེ་དེ་རྗེས་སུ་དྲན། །

དོན་མེད་འཆོ་བར་བསམ་པ་དེ། །

འདིར་ནི་ལྷ་པར་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

ཞེས་པ་ལོང་བ་ཞིག་གི་སྒྲིམ་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། མིག་  
སྒར་ཡོད་པ་བྱིས་སུ་མེད་ནས་ཞིག་པའི་རྒྱ་དངོས་མེད་  
ཀྱིས་འབྲས་བུ་འཆི་བ་དངོས་མེད་སྟེད་པའི་ཞིག་ནས་  
མེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་ཡི་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཅན་  
ནོ། །

ཕན་ཚུན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
ཅན་ནི།

པར་ཅན་འདི་ལྷས་སྤྲུ་མིན། །

པར་འདི་ནི་དེ་གཞོང་མིན། །

ལྷ་ལྷ་འདི་ནི་མིག་མ་ཡིན། །



དེ་ཉིད་སེམས་པས་སྟོག་རྣམས་སོང་། །

ཞེས་བྲལ་བས་ཉེན་པ་དབེན་པར་མེ་ཏོག་གི་ཚལ་དུ་  
 གནས་པ་ཞིག་གིས་སྤྲས་པ་སྐད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། པར་ཅན་  
 ལྷས་སྤྲ་མ་མེན་ཞིང་། ལྷས་སྤྲ་མ་པར་ཅན་མེན་པ་  
 སོགས་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་པའི་རྒྱ་དངོས་  
 མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་ཤི་བ་དངོས་མེད་སྐྱེད་པའོ། །སྤངས་  
 ནས་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཅན་ནི།  
 ནམ་དུ་ཡང་ནི་ལྷས་སྤྲ་དེའི། ཡིད་གཙུགས་རྣམ་འབྲུལ་  
 འབྱུང་མ་ཡིན། །ཞེས་པ་སེམས་པའི་འཇིག་རྟེན་  
 འདི། །གཞན་སྤྱིར་ཕ་རོལ་འཇིག་རྟེན་ཉིད། །ཅེས་པ་  
 བུད་མེད་ཤི་བའི་བདག་པོས་སྤྲས་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། ཤི་  
 བ་དེ་ཁོ་ན་སེམས་པའི་འདོད་ལྡན་བདག་ནི་ལྷས་  
 འཇིག་རྟེན་འདིར་གནས་ཀྱང་སེམས་འཇིག་རྟེན་པ་  
 རོལ་ན་དེའི་རྗེས་སུ་སོང་བེན་པས། ད་ལྟར་དུ་ལྷས་

སེམས་བྲལ་ཏེ་འཆིའོ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་འདི་སྤངས་ཟེན་  
ནས་མེད་པའི་རྒྱ་དངོས་མེད་ཀྱིས་འབྲས་བུ་འཆི་བ་  
དངོས་མེད་སྦྱིད་པ་སྤངས་ནས་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་  
རྒྱལོ། །འདི་ནམས་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་ཡོད་པའི་སྒྲིས་ཙམ་ཡང་  
དཔང་རྟེན་ན་མ་མཛད་པས། བྱིས་ཀྱི་འགྲེལ་པ་མཁན་  
ཇི་སྟེད་གཅིག་བྱུང་བ་ཀུན་ལ་མིང་ཙམ་ཡང་མ་གྲགས་  
པར་འདུག་པ་འབད་ནས་ཁྱས་ཏེ་རྒྱ་དཔེ་ལས་བསྐྱར་  
བ་འདིར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཡོད་དང་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི།

འབྲས་བུ་སྦྱིད་པ་དག་ལ་འདིར།

སྟོན་མེད་ལ་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས།

དངོས་པོ་ཡི་ནི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །

ཡོད་པ་སྐྱབ་པའི་རང་བཞིན་དང་མེད་པ་དགག་པའི་  
 རང་བཞིན་གྱི་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་སྒྲོན་  
 མེད་དེ་སྤྲོ་ན་མེད་པའི་བྱེད་རྒྱ་དང་། ལ་སོགས་པས་  
 ཞིག་ནས་མེད་པ་དང་། ཡན་ཚུན་མེད་པ་དང་། སྤངས་  
 ནས་མེད་པའི་བྱེད་པ་པོའི་རྒྱ་གཞུང་གིས་དངོས་སུ་  
 བསྟན་པའི་འབྲས་བུ་དངོས་པོའི་རྒྱ་ཉིད་དོ། །ཞེས་པའི་  
 རྒྱགས་ལས་དངོས་མེད་གྱི་འབྲས་བུའི་རྒྱ་བཤད་མ་ཐག་  
 པ་དེ་རྣམས་ཀྱང་བསྟན་པའོ། །

༣ མཆར་བའི་རྒྱ།

མཆར་བའི་རྒྱ་ལ་གཉིས། མིང་གི་དབྱེ་བ་དང་། སྦྱར་  
 བའི་དངོས་པོའོ། །དང་པོ་ནི།

རིང་འབྲས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་སྐྱེས། །

དེ་བཞིན་འབྲས་མ་ཐག་སྐྱེས་དང་། །

རིགས་མིན་རིགས་པ་བྱེད་ཅེས་པ་དང་། །

མཚར་བའི་རྒྱ་རྣམས་གངས་མེད་དོ། །

འདི་དག་སྒྱུར་བའི་ལམ་རྣམས་ལ། །

ཕལ་བའི་འཇུག་པ་ལ་བརྟེན་པ། །

ཤིན་ཏུ་མཛེས་པ་དག་མཐོང་སྟེ། །

འདི་ཡི་དཔེར་བཅོལ་ཇི་ལྟར་ན། །

རྒྱུ་འབྲས་ལྟ་བུ་ལས་ཐག་རིང་དུ་འབྲས་བུ་སོན་པ་རིང་  
འབྲས་ཀྱི་རྒྱ་དང་། རྒྱ་འབྲས་དུས་མཉམ་དུ་སྦྲེས་པ་ལྟར་  
ཅིག་སྦྲེས་པའི་རྒྱ་དང་། འབྲས་བུ་སྤར་སྦྲེས་ཤིང་དེའི་དེ་  
མ་ཐག་ཏུ་རྒྱ་སྦྲེས་པ་འབྲས་མ་ཐག་སྦྲེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་མི་  
འོས་པའི་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པ་རིགས་མིན་གྱི་རྒྱ་དང་། འོས་  
པའི་འབྲས་བུ་སྦྱེད་པའི་རིགས་པ་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཞེས་བྱ་  
བ་དེ་དག་ཆོག་ཏུ་སྤར་བས་ལམ་རྣམས་ལ་ཡོངས་

གྲགས་ཀྱི་རྒྱ་ལྟུང་ལྟུང་དངོས་མ་ཡིན་ཀྱང་ཕལ་པའི་རྒྱ་  
 ལྟུང་སྟན་ངག་ཁོ་ན་ལ་གྲགས་པ་རྒྱ་ལྟུང་ཀྱི་བར་ལ་  
 རྒྱ་གཞན་ཆོད་པ་དང་། ལྟུང་བྱ་སྟོན་ལ་ལྟུང་ཞིང་རྒྱ་  
 བྱིས་སྐྱེ་བ། རྒྱ་ལྟུང་བྱ་མི་འོས་པ་སྐྱེད་པ་ལ་སོགས་  
 པ་འདི་འདྲའི་རིགས་རྣམས་ཡོངས་གྲགས་སྟར་ན་རྒྱ་  
 ལྟུང་སྐྱ་མི་འགྱུར་བས་གཙོ་བོའི་རྒྱ་ལྟུང་སྐྱ་བཞག་  
 མི་རུང་ཡང་། འདི་ལྟ་བུའི་བཟོད་བྱ་ལ་བརྟེན་པའི་རྒྱ་  
 ལྟུང་ཕལ་པ་ཡོངས་སྐྱ་མ་གྲགས་པ་ཡང་སྟན་ངག་གི་  
 སྐབས་འདིར་ཤིན་ཏུ་མངོས་ཤིང་མཚར་བ་དག་མཐོང་  
 རྟེ། དེ་དཔེར་བཟོད་པ་ཇི་སྟར་ཞེ་ན་ཞེས་པའི་དོན་དྲི་  
 འདིའི་གཞུང་ཆོག་སྟར་བཏགས་པའི་འཇུག་པ་ཞེས་  
 བསྟར་ཡང་། རྒྱ་དཔེར་གྱི་ཁ་ཞེས་ལྟུང་བ་ཕལ་པ་ལ་  
 འཇུག་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྒྱུར་བའི་དངོས་པོ་ལས། དང་པོ་རིང་འབྲས་  
ཀྱི་རྒྱ་ནི།

ལྷས་ཅན་ཁྱོད་མིག་ཟུར་ཅེས་པས། །

རྒྱལ་བྱེད་ལྷས་སྒྱེད་དག་གི་མཆོན། །

གང་དེ་གཞན་ལ་རབ་འཕངས་པ། །

དེ་ཡིས་བདག་གི་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ། །

ཀྱི་ལྷས་ཅན་མ་ཞེས་བོད་ནས་རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་  
མཆོན་ཆས་ནི་གང་ལ་འཕངས་པ་དེ་འབྲགས་པ་ཡིན་  
པ་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་ཟུར་མིག་ཅེས་མིང་ཏུ་བཏགས་པ་འགྲོ་བ་  
ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་བྱེད་པ་ལྷས་སྒྱེས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་  
མཆོན་ཆ་འདི་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞོམ་བྱ་སྒྱེས་པ་གཞན་ལ་  
རབ་ཏུ་འཕངས་པ་དེ་ཡིས་འབེན་ཏུ་མ་བྱས་པ་བདག་  
གི་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ་མོ། །ཀྱང་ཞེས་པས་གང་ལ་འཕངས་

བ་དེ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་པའོ། །དེ་འདྲ་ནི་མཚར་ཆེ་ཞིང་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུ་ཕྱི་མའི་བར་དུ་འབྲས་བུ་སྤྲ་མས་ཆོད་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་འབྲས་ཐག་རིང་པས་རིང་འབྲས་ཀྱི་རྒྱ་  
 ཞེས་བྱའོ། །མཚར་བའི་རྒྱ་ལྷ་པོ་འདི་ཐམས་ཅད་རྒྱ་  
 འབྲས་གཉིས་ཀ་དངོས་པོ་ཡིན་པ་རྟོགས་སྤྲུལ་ཡང་།  
 སྐབས་འདིར་བདག་གི་ཡིད་ཀྱང་བཅོམ་ཞེས་པ་དངོས་  
 མེད་དུ་མི་འགྱུར་རམ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ། འདིའི་རྒྱ་  
 དཔེར་སྒྲ་ཏེ་ཞེས་འབྱུང་བ་བཅོམ་ནས་ཤི་ཞིང་མེད་  
 པར་གྱུར་པའི་དོན་མིན། ཐོག་ནས་སྤྲུལ་པ་ལ་འཇུག་  
 པས་འདི་ཡང་འབྲས་བུ་དངོས་པོའོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་འབྲས་སྟན་ཅིག་པ་ནི།

སྒྲེས་བུ་ལུས་སྒྲེས་ཀྱིས་སྒྲེས་པའི། །

ནམ་འཕྲུལ་སྤྲ་ཆོགས་སྟན་ཅིག་ཉིད། །

བྱད་མེད་རྣམས་ལ་བྱ་མོ་ནི། །

ཡོངས་སུ་རྒྱལ་པའི་ན་ཚོད་སྒྲིལ། །

སྒྲིལ་བུ་རྣམས་ཀྱི་ལུས་སྒྲིལ་འདོད་པ་ནི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་  
རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་ཚྱུས་པའི་རྣམ་འབྲུལ་མིག་  
འབྱར་ཚུགས་སུ་ལྟ་བ་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོགས་པའི་  
འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་འབྲས་བྱར་གྱུར་པ་རྣམས་  
མཐོང་བ་དང་སྟོན་ཅིག་དུས་ཅིག་ཉིད་དུ་བྱད་མེད་  
རྣམས་ལ་བྱ་མོ་གཞོན་རྒྱ་མའི་ན་ཚོད་ཀྱི་གནས་སྐབས་  
སྐད་ཅིག་གིས་རྒྱལ་ཅིང་ཡོལ་ནས་འདོད་པ་བསྟན་རན་  
གྱི་ན་ཚོད་དར་ལ་བབས་པ་རྒྱུར་གྱུར་པ་དང་སྒྲིལ་པ་  
མཚར་ཆེའོ། །འདི་ནི་རྒྱ་བྱད་མེད་ལང་ཚོ་དར་བ་དང་།  
འབྲས་བུ་སྒྲིལ་པ་ཆགས་པའི་ཚྱུས་པའི་རྣམ་འགྱུར་  
གཉིས་དུས་སྔ་ཕྱི་མེད་པར་སྐད་ཅིག་གཅིག་གི་སྟེང་དུ་  
སྒྲིལ་པ་བརྗོད་པས་རྒྱ་འབྲས་སྟོན་ཅིག་པའམ་རྒྱ་འབྲས་



དུས་མཉམ་གྱི་མཚར་བའི་རྒྱ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལས་གཞན་  
སྦྱིས་བྱ་འདོད་ཚྱུས་གྱི་རྣམ་འགྱུར་རྒྱ་དང་། བྱད་མེད་  
ལང་ཚོ་དར་བ་འབྲས་བྱར་འཆད་པ་དག་རྒྱ་འབྲེལ་  
དང་མི་མཐུན་པར་མ་ཟད། སྦྱིས་བྱ་འདོད་པས་ཚྱུས་པ་  
དང་དུས་མཉམ་དུ་བྱ་མོ་རྣམས་སྦྱོ་བྱར་དུ་ལང་ཚོ་ལ་  
བབས་པར་འགྱུར་བའང་ཇི་ལྟར་འཐད་བསམ་དགོས་  
སོ། །

གསུམ་པ་འབྲས་བྱ་སྒྲ་བའི་རྒྱ་ནི།  
སྒྲར་ཉིད་རི་དྲགས་མིག་ཅན་མའི། །  
ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་པར་གྱུར། །  
སྦྱིས་ནས་འོད་ཟེར་རབ་འཕྲོ་བའི། །  
ཟླ་བ་ཡི་ནི་དཀྱིལ་འཁོར་ཤར། །

ཟླ་བ་ཤར་བ་ལས་སྒར་ཉིད་དུ་རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ་  
 མཛེས་མ་རྣམས་ཀྱི་ཆགས་པ་སྦྱེས་བུ་འདྲོད་པའི་རྒྱ་  
 མཚོ་རྒྱས་པ་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་བྱུང་ཞིང་། བྱེན་ནས་ཏེ་  
 ཆགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་རྒྱས་ཟེན་ནས་འོད་ཟེར་རྣམས་འཕྲོ་  
 བཞིན་པའི་ཟླ་བའི་དགྱེལ་འཁོར་ཤར་བ་རྒྱར་གྱུར་པ་  
 བྱུང་བས་རྒྱ་ལས་འབྲས་བུ་སྒར་བ་འདི་ནི་སྟོན་མེད་པས་  
 མཚར་བའི་རྒྱུ་ལོ། །

བཞི་པར་རིགས་མེན་གྱི་རྒྱ་ནི།

སྟ་ཅིག་བྱོད་གྱི་ཞབས་གཉིས་པོ། །

དམར་བའི་ཉི་གཞོན་ལ་རེག་པས། །

རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལག་པ་ཡི། །

པར་བླ་བྱམ་པར་བྱེད་པ་ཅི། །

གྱེ་ལྷ་ཅིག་ཁྱོད་གྱེ་ཞབས་མཐེལ་གཉིས་པོ་དམར་བའི་  
 ཉི་མ་གཞོན་ནུ་འདི་ལྷ་བྱ་ལ་རིག་པས། རྒྱལ་པོ་གཞོན་  
 རྣམས་གྱེ་ཕྱག་འཆལ་བའི་ལག་པའི་པར་ཐལ་མོ་བྱམ་  
 པར་བྱེད་པ་ཅི་སྟེ་འདིར་ཉི་མ་དང་པར་བྱེད་པ་བྱ་གས་པ་བ་  
 ཡིན་ཀྱང་། ཉི་མས་པར་བྱེད་པར་བྱེད་པ་མི་རིགས་ཤིང་  
 མཚར་པས་རིགས་པ་མིན་པའི་རྒྱ་སྟེ། པར་ཐལ་གྱེ་  
 རྟོགས་པ་བཟོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། གཡུལ་དུ་རལ་  
 གྱིའི་རྒྱན་འཛིན་པའི། །དུང་པ་ཡི་ནི་རབ་བསྐྱེད་  
 པ། །གང་གི་གཟེ་བྱིན་མེ་དག་ནི། །དབྱ་ལ་ཐུན་པ་རབ་  
 སྟེར་འབར། །ཅིས་པ་ལྷ་བུའོ། །

ལྷ་པ་རིགས་པའི་རྒྱ་ནི།

ཁྱོད་གྱེ་ཞབས་སེན་ཟླ་བ་ཡི། །

འོད་ཟེར་ཀུན་ད་དྲི་མེད་རྣམས། །

ས་སྒྲོང་རྣམས་ཀྱི་ལག་པ་ཡི།

པར་བླ་བྱ་མ་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་།

ལྷ་སྒྲོང་ཀྱི་ཞབས་སེན་མཚན་ཏུ་མཛེས་པའི་ཟླ་བ་  
འདིའི་འོད་ཟེར་ཀྱན་ད་དྲི་མ་མེད་པའི་མདངས་འཕྲོ་  
བ་རྣམས། ས་སྒྲོང་བ་རྒྱལ་ཕྱན་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་འཆལ་  
བའི་ལག་པའི་པར་བླ་བྱ་མ་པར་བྱེད་པ་ལ་དབང་  
ངོ་། །ཞེས་བཏགས་པའི་ཟླ་བས་བཏགས་པའི་པར་བླ་བྱ་མ་  
པར་བྱེད་རིགས་ཤིང་མཚར་བས་ན་རིགས་པའི་རྒྱ་ཉི།  
ཀྱན་ལའི་རྟོགས་པ་བཟོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། རི་  
དྲགས་རྟགས་ཅན་ལྷ་བྱ་དེ་ཡི་བཞེན། རྩིག་པའི་དྲི་མ་  
རབ་རྒྱས་དེ་ནི་བཟླར། །གཞོན་ནུས་མ་བཟོད་འཕྲལ་ལ་  
ཡིད་འབྱུང་དང་། །ངོ་ཚས་བཞེན་གྱི་པར་བླ་བྱ་མ་པར་  
བྱུར། །ཅེས་པ་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཡང་དཔེར་བཟོད་ཕྱི་མ་གསུམ་  
པོ་འདི་ལ་གཞུང་གི་དཔེར་བཟོད་ཏུ་གཟུགས་ཅན་གྱི་

རྒྱུ་གྱིས་བསྟན་པ་ཞུ་ལས་འཕྱོན་པ་ཡིན་གྱི་ངེས་  
པར་དགོས་པ་ནི་མིན། རིགས་མིན་གྱི་རྒྱ་དང་འགལ་  
རྒྱུ་གྱི་བྱད་པར་རྒྱ་འབྲེལ་ནས་མ་བཤད་ཀྱང་། རྗེ་བོད་  
མཁས་པས། འགལ་རྒྱུ་ལ་འགལ་སྒྲ་པན་ཚུན་སྟན་  
ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་པ་ཞིག་དགོས་ལ་འདིར་ནི། ཉི་མས་  
པར་བྱུང་པར་བྱེད་མི་རིགས་པས་རྒྱ་འབྲེལ་སུ་མི་འོས་  
པ་ཅེས་སྟན་པ་ཡིན་གྱི། འགལ་སྒྲ་པན་ཚུན་འགལ་བར་  
སྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱད་པར་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་  
ཉིད་ལེགས་པར་བཤད་པའོ།

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

ཞེས་པ་རྒྱ་ཡི་རྣམ་རྟོག་གི།

ལྷགས་ནི་འདི་འདྲ་དག་ཏུ་བསྟན། །

རྒྱུ་རྒྱུ་གྱི་རྣམ་རྟོག་གི་ལྷགས་ནི་དབྱེ་བ་གསུམ་ནང་  
གསེས་དང་བཅས་པ་འདི་འདྲ་བ་དག་ཏུ་བསྟན་ཟིན་  
ཏོ།

དོན་རྒྱུ་བརྩ་བཞི་པ། སྤྱི་མོའི་རྒྱུ།

བརྩ་བཞི་པ་སྤྱི་མོའི་རྒྱུ་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་དང་  
དཔེར་བཞིན་དོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི། ཟུར་དང་རྣམ་  
པས་མཚན་པའི་དོན། །སྤྱི་མོར་སྤྱི་མོ་ཞེས་པར་  
བཤད། །ཟུར་ཅས་པ་ནི་ནང་གི་བསམ་པ་འགའ་ཞིག་  
ཤེས་པར་བྱ་བའི་དོན་ཏུ་དངོས་སུ་མ་བཞིན་པར་སྒྲོ་  
སྒྲོན་ཏུ་བཏང་བའི་བརྟེན་ཐབས་ཀྱིས་སྒྲོན་པ་དང་། རྣམ་  
པ་ཞེས་པ་སྒྲོ་སྒྲོན་ཏུ་མ་བཏང་ཡང་སེམས་ཀྱི་འགྱུར་བ་  
དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལྷན་ལ་ངང་གིས་  
གསལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ངག་ཏུ་མ་བཞིན་པར་མ་ཟད་བརྟེན་  
ཅིམ་ཡང་མ་བསྟན་པར་ཕ་རོལ་པོས་གོ་ཞིང་རིག་པ་སྟེ།

འདུལ་བ་ལུང་དུ། བསམ་པ་ནང་ན་ཡོད་པ་ཀུན། བྱི་  
 རོལ་དུ་ནི་ཉེ་བར་དམིགས། སྐད་མདོག་དབང་པོའི་བྱེ་  
 བྲག་གིས། རྣམ་པ་སྤྲ་བར་མི་རྒྱས་སོ། ཞེས་བཀའ་སྩལ་  
 པ་ཉྟ་བུ་ཉྟ། གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ཆོག་ངག་དུ་བརྗོད་པའི་  
 སྒྲིའི་སྒྲུང་བ་མེད་པར་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དམ།  
 རྣམ་འགྱུར་ཕྱ་མོ་ཅམ་གྱིས་མཆོན་བྱ་མཆོན་པར་བྱ་བ་  
 དེ་ཉྟ་བུ་ནི་ཕྱ་བས་ན་ཕྱ་མོ་ཞེས་པར་བརྗོད་དོ། འདི་ལ་  
 འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་དང་སྒྲར་ཐང་པ་སྒྲུ་བྱེ་གཉིས་  
 ཀྱིས་སྒྲར་སྒྲུང་བ་མེད་ན་སྟན་ངག་ཆོག་མ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར། དེ་འདོད་ན། ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་  
 ཡི། སོགས་ལུས་རྣམ་བཞག་དང་འགལ། ཅེས་པའི་  
 དགག་པ་མཛད་པ་ནི་རང་གི་ལོག་རྟོག་ཆད་མར་  
 མཛད་པའི་དགག་བཞག་ཅམ་ཉྟ། འདིར་ཆོག་གམ་སྒྲར་  
 མི་བརྗོད་རྒྱ་མཆོན་དོན་དང་། དེ་ཕ་རོལ་པོས་རྟོགས་  
 བྱེད་བརྒྱུད་རྣམ་པ། དེ་གཉིས་ཀ་སྟན་ངག་མཁན་

གྲིས་ཆོག་ཏུ་བཟོད་པའི་སྒྱུར་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྒྱན་  
 འདྲིའི་མཆོན་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བའི་དབྱེ་བ་ཕྱེད་ན་ལོག་  
 པར་རྟོག་པའི་སྒྱུ་ལ་མདུད་རང་སར་གྲོལ་བར་འགྱུར་  
 ཞིང་། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པར་མཆོན་པར་བྱ་རྒྱུའི་དོན་  
 དངོས། ངག་ཏུ་བཟོད་པས་གོ་ཞིང་རིག་པར་བྱས་ཟེན་  
 ནས། བརྒྱ་དང་རྣམ་པས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ་དགོས་པ་ཏིལ་  
 འབྱུ་ཅུ་ཡང་མེད་ལ། ཆོག་ས་སུ་བཟོད་པར་མ་བཟོད་  
 ནས་ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་དང་ཡང་དངོས་སུ་འགལ་  
 ལོ། །འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས། བརྒྱའི་ཆོག་ལག་ཏུ་བཟོད་  
 པ་དང་སྟན་ཅིག་ལག་པ་ལ་སོགས་པའི་ལུས་ཀྱི་བརྒྱ་  
 ཡང་དགོས་པར་བཤད་པ་ནི་རྣམ་དབྱེ་ཅི་ཡང་མ་ཕྱེད་  
 པར་མཆོན་བྱ་མཆོན་བྱེད་དང་དེ་རྗེས་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་  
 རྒྱན་བསྐྱེད་ནས་འཆད་པ་སྟེ་བཞད་གད་ཀྱི་གནས་  
 ལོ། །སྐབས་འདྲིར་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། གསང་སྒྲགས་  
 ནང་གི་བརྒྱ་ཕྱན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཐ་སྙད་རིག་པའི་



དཔེར་བཞོན་པ་རྣམ་པ་འཆར་བདེ་བ་ལ་དགོངས་ཀྱང་  
 ཞུ་དཔེ་སྟམ་ལ་བཀའ་པར་འགྱུར་རམ་སྟམ་ཞེས་བོད་  
 མཁས་པས་གསུངས་པ་ཐུགས་མད་ཅིང་། སྤྱར་ཐང་  
 པས་སྤྱར་ཡང་ཤེན་ཏུ་གསང་བའི་སྤྲུགས་ཀྱི་ཟབ་དོན་  
 འགའ་ཞིག་གནས་འདིའི་དཔེར་བཞོན་ཏུ་རྣམ་པ་  
 གསལ་བར་བཞོན་པ་ནི་གསང་སྤྲུགས་སུ་འགྱུར་པས་  
 ཤེན་ཏུ་མི་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཞོན་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་བྱུར་  
 གྱི་ཕྱ་མོ་ནི། རྣམ་ཞིག་ཏུ་ཅག་འགྲོགས་འགྱུར་  
 ཞེས། རྣམ་ཞིག་ཏུ་བཞོན་པར་མ་བཟོད་པའི། རྣམ་ཞིག་  
 རིག་ནས་བྱུང་མེད་ཀྱིས། རྣམ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་བའི་ཕྱ་  
 བྱས། རྣམ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་བའི་ཅག་གཉིས་འགྲོགས་པར་  
 འགྱུར་ཞེས་བཞོན་པར་འདོད་ཀྱང་སྤྱི་བོས་གང་བའི་  
 རྣམ་ཞིག་ཏུ་ངོ་ཚ་ནས་བཞོན་པར་མ་བྱས་པའི་སྤྱི་བོས་ཕྱན་

ལང་ཚོ་ཅན་གྱི་བསམ་པ་དེ་བྱུང་མེད་མཛེས་མ་ཤེས་  
 རིག་ཅན་དེས་རིགས་ནས་ལག་པས་པར་བླ་བྱས་པའི་བརྟེན་  
 ཅམ་བསྟན་མོ་ཞེས་པའོ། །དེ་འཆད་པ་ནི། ལྷན་སྐྱེས་  
 དག་གིས་གཟེར་བ་ཡི། །མཛེས་པོ་དབྱུགས་དབྱུང་  
 འདོད་པ་ཡིས། །པར་བླ་བྱས་པར་བྱས་པ་ལས། །འདིར་ནི་  
 མཚན་མོ་འགྲོགས་པར་བསྟན། །ལྷན་སྐྱེས་ཏེ་འདོད་  
 པའི་ཆགས་པས་གཟེར་ཡང་དུས་འདེབས་པའི་ཆོག་  
 ཆོགས་སུ་བརྗོད་པར་མ་བཟོད་པའི་མཛེས་པོ་འགྲོགས་  
 པའི་བདེ་བས་དབྱུགས་དབྱུང་འདོད་པའི་མཛེས་མ་  
 དེས་ལག་པས་པར་བླ་བྱས་པའི་བརྟེན་ཅེད་མའི་ཚུལ་དུ་  
 བྱས་པ་ནི་ཅེ་དགའི་པར་བླ་བྱས་པར་བྱས་པ་སྟེ་དེས་མེ་  
 ཏོག་པར་བླ་བྱས་པའི་དུས་ནི་མཚན་མོ་ཡིན་པས་དེའི་ཆོ་  
 འགྲོགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་མཚན་དོན་གོ་ཞིང་རིག་  
 པར་བྱས་ནས་བསྟན་པའོ། །དེས་ན་འདིར། སྤྱི་ཡི་སྤང་  
 བ་མེད་པར་བརྟེན་སྟོན་པར་བྱ་བྱུ་འགྲོགས་པའི་དུས་

མཚན་མོ་དང་། ལྷན་བྱེད་ཀྱི་བཅུ་པ་རྣམས་པའི་ཚུལ་བྱ་  
 བ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་རྒྱན་འདིས་བཟོད་པ་སྟེ། མཚན་  
 འོན་བཅུ་ཙམ་གྱི་གོ་དགོས་པ་དེ་རྒྱན་འདི་ལའང་ཕྱ་མོ་  
 ཞེས་བྱའོ། །འདིར་གཞུང་ཆོག་ཏུ། ཅེ་དགའི་པ་རྣམས་  
 པར་བྱས། ཞེས་དང་། པ་རྣམས་པར་བྱས་པ་ལས། ཞེས་  
 འབྱུང་བ། དཔང་རྟེན་ཏུ། ཅེ་དགའི་འོན་གྱི་པ་རྣམས་  
 པས་ཁ་རྩམ་པར་བྱས་ཏེ་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 བོད་ཀྱི་རྟེན་གྱི་ཐམས་ཅད་ན། ལྷན་རྒྱན་དུ་བཏགས་པའི་  
 མེ་རྟོག་པ་རྣམས་ལག་པས་ཁ་རྩམ་པར་བྱས་པའི་བཅུ་ཡིན་  
 པར་བཤད། རྒྱ་འགྲེལ་ན་ནི་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་  
 ལག་པས་པ་རྣམས་པའི་རྣམས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པའི་ཕྱག་རྒྱ་ལྟ་བུ་བྱས་པ་ཆོགས་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཅེད་མོ་ཙམ་དུ་གོ་ཞིང་། བུད་མེད་དེས་མཚན་མོ་  
 འགྲོགས་པའི་བཅུ་གོ་བར་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་  
 པའི་བྱུང་པར་ཙམ་བདོག་སྟེར་ཡང་རྒྱ་བལ་རྣམས་སུ་

མེ་ཏྲོག་གི་རིགས་རྒྱན་དུ་འདྲོགས་པའི་སྒྲོལ་ཡོད་ཀྱང་།  
 རྒྱ་སྐྱེས་པུ་རྒྱ་རི་ཀ་ཆེན་པོ་དེ་ལུས་རྒྱན་དུ་འདྲོགས་པའི་  
 སྒྲོལ་ཆེར་མེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་པའི་ཕྱ་མོ་ནི། སྤྱ་ཡི་མདུན་སར་བྱོད་ལ་  
 མེག་། གཏང་པས་གདོང་གི་རྒྱ་སྐྱེས་དེར། །ཆགས་པ་  
 འབར་ཞིང་རྒྱས་པ་ཡི། །མཛེས་པ་ཅི་ཡང་བྱུང་བར་  
 གྱུར། །སྤྱེ་བོ་མང་པོ་སྤྱ་གར་གྱི་བྱ་བ་རྩེ་མ་པའི་མདུན་ས་  
 དེར་བདག་གི་མེག་བྱོད་གྱི་གདོང་ལ་གཏང་པ་སྤྱེ་  
 བལྟས་པས་དེའི་སྐབས་སུ་བྱོད་གྱི་གདོང་གི་རྒྱ་སྐྱེས་  
 པརྒྱ་ལ་ཆགས་པ་འབར་ཞིང་རྒྱས་པའི་མཛེས་པ་ཅི་  
 ཡང་བྱུང་བར་གྱུར་པ་མཐོང་ངོ་། །དེ་བཤད་པ་ནི།  
 འདྲིར་ཡང་རང་བཞིན་མ་བཟོད་པར། །དགའ་བའི་  
 དགའ་སྟོན་འདོད་པ་དག་། དེས་པར་གནས་པ་ཉིད་  
 གྱུར་པ། །ཕྱ་མོ་ཉིད་ལས་བརྒྱལ་མ་ཡིན། །འདྲིར་ཡང་

རང་བཞིན་ཏེ་དེའི་ཆེ་བྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་འདོད་པའི་  
 ཆགས་པ་དྲག་པོ་མངོན་གྱུར་པ་སྦྱེས་འདུག་ཅེས་གསལ་  
 བར་མ་བཟོད་པར། དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འབྲིག་པའི་  
 བདེ་བ་འདོད་པའི་ཆགས་པ་རྒྱུད་ལ་ངེས་པར་གནས་  
 པ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དེ་གདོང་པར་འབར་ཞིང་རྒྱས་པའི་  
 མཛེས་པ་མཐོང་ཞེས་གདོང་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཙམ་གྱིས་  
 ཆགས་པ་གོ་བར་བྱས་པ་འདི་ནི་རྣམ་པའི་སྤྲ་མོ་སྟེ་  
 གདོང་པའི་མཛེས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཆགས་པའི་དབང་ལས་  
 སྒྲོ་སྒྲོན་དུ་མ་བཟང་ཡང་རང་ཉིད་གསལ་བར་གྱུར་  
 པའི་རྣམ་པ་དེ་ཙམ་གྱིས་འབྲིག་པ་ལ་འདུན་པའི་  
 བསམ་པ་ཆེས་མཚོན་དགའ་བ་ཉིད་གསལ་ཞིང་མཚོན་  
 པར་བྱེད་པ་འདི་ནི་དཔེར་བཟོད་སྤྲ་མ་ལས་ཀྱང་  
 མཚོན་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་སྤྲ་བས་སྤྲ་མོའི་རྒྱན་ཉིད་ལས་  
 བཀལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ་རྒྱན་དེ་ལས་མི་འདའོ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏོ། །དེ་ལྟར་དཔེར་བཟོད་པའི་ཆོག་འདི་སྦྱེས་བུ་

དེས་མཛེས་མ་དེ་ལ་སྤྱོད་གར་གྱི་མདུན་ས་ནས་ཚོགས་པ་  
 རྣམས་གྲེས་ཟེན་པའི་རྩེས་སུ་སྤྲོས་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ།  
 འདིའི་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ཏམྲ་ཞེས་ཏང་ལ་རྣམ་དབྱེ་  
 བདུན་པ་བྱེན་པའི་རྩེས་གསལ་བར་ཡོད་པས། འདིར་  
 འགྱུར་བཅོས་པ་གཞུང་གི་རྣམ་དབྱེ་སྤྱིར་ཚུལ་དང་རྒྱ་  
 འགྲེལ་གྱི་འཆད་ཚུལ་གཉིས་ཀ་ལ་མཐུན་པས་ལེགས་པ་  
 ཡིན། དེས་ན་དཔང་ལྷོ་ཀ་ནས་བརྩམས་པའི་འགྲེལ་པ་  
 ཀུན་ལ། མཛེས་མས་སྤྲོས་པ་ལ་མེག་གཏད་པ་དང་། དེ་  
 ལྟར་གཏོད་མཁན་གྱི་མཛེས་མ་དེའི་གཏོང་ལ་ཆགས་  
 པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་དམར་བ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ལྟར་བྱུང་  
 ཚུལ་ཚོག་སྤྱིར་འདི་བཞིན་བརྗོད་མཁན་གཞན་ཞིག་  
 ཡིན་པ་ལྟར་འགྲེལ་བ་སོགས་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་འཆད་  
 ཚུལ་དང་མི་མཐུན་ཅིང་། དེས་པར་གནས་པ་ཉིད་གྱུར་  
 པ། །ཞེས་པའི་དོན་ཡང་སྒྲ་སྒྲིམ། གཉིས་ཀས་ཚོགས་པ་  
 གཞན་ཐམས་ཅད་གྲེས་གྲེས་ཀྱིས་བར་དུ་མདུན་ས་དེ་

ཉིད་ལ་གནས་ཏེ་འབྲིག་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་འདོད་པ་  
 སྐྱབ་པར་བྱས་པའི་དོན་དུ་འཆད་ཅིང་། རྗེ་བོད་མཁས་  
 པ་སོགས་ཕྱིས་གྱི་འབྲེལ་མཛད་འགའ་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་བ་ནི་ལེགས་པར་མ་བརྟགས་པའི་སྟོན་ཁོ་  
 བའོ། །དེས་ན་དཔེར་བརྗོད་ལྟ་མ་ལས་ཕྱི་མ་རྟོགས་  
 དགའ་ཞིང་སྤྱོད་པར་འཆད་བཞིན་དུ། བྱད་མེད་སྐྱེས་པ་  
 ལ་ཆགས་པས་དེའི་གདོང་ལ་མིག་གཡོ་མེད་དུ་གཏད་  
 པ་ནི་གདོང་གི་དམར་བ་ལས་ཀྱང་ཆགས་པའི་རྣམ་པ་  
 མདོན་གྱུར་དུ་གསལ་ལུལ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་རིག་པས་ཀྱང་  
 མ་འཐད་པར་གྲུབ་པོ། །ཡང་དཔྱོད་ལྡན་ཁ་ཅིག་འདིར་  
 བཞིན་གྱི་རྣམ་འགྱུར་ཅམ་རྣམ་པའི་སྤྱོད་མེད་བཞིན་ཕྱིན།  
 ལྷན་དྲོད་འབར་བ་ལས་འདོད་སྦྱོར་གོ་བའི་ཤེས་བྱེད་  
 གྱི་རྒྱ་ལྡར་བཤད་ཟེན་པ་དེའང་དེར་འགྱུར་རམ་སྟམ་  
 ན་མི་འགྱུར་ཏེ། འདིར་ནི་བཞིན་གྱི་རྣམ་འགྱུར་སྤྱོད་མེད་  
 ལས་ནང་གི་བསམ་པ་གོ་བ་ཅམ་ཡིན། ཤེས་བྱེད་གྱི་རྒྱ་



ལ་ནི་ལྷ་ཟེར་དང་ཅན་གྱི་ཆུ་ལ་སོགས་པས་སེལ་བར་  
 རུས་མི་རུས་དང་། ལྷས་དྲོད་བྱུང་པར་བ་ཡིན་མིན་  
 སོགས་ཀྱི་ཤེས་བྱེད་ལ་བརྟེན་ནས་བརྟགས་ཤིང་དཔྱད་  
 དེ་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་རྒྱས། འབྲས་བུ་འདྲོད་པས་གཟེར་  
 བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཡིད་རྟོགས་དགོས་པའི་བྱུང་པར་  
 ཆེ་བས་འདྲ་བའི་གནས་མེད་དོ། །

དོན་རྒྱན་བཅོ་ལྔ་པ། ཆའི་རྒྱན།

བཅོ་ལྔ་པ་ཆའི་རྒྱན་ལ་གཉིས། དངོས་པོ་གསལ་བ་ཟླ་  
 གྱིས་སྤེད་པའི་ཆ་དང་། ཟླ་གྱིས་བསྟོད་སྤེད་བྱེད་པའི་  
 ཆའོ། །དང་པོ་ནི། ཆ་ནི་ཆ་ཡིས་དངོས་པོ་ཡི། །རང་  
 བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བ་སྤྱི་བ། །དཔེར་བརྗོད་ཉིད་ཀྱིས་  
 འདི་ཡི་ནི། །རང་བཞིན་ངེས་པར་གསལ་བར་  
 བྱ། །དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མི་མཛེས་པའི་སྒྲིན་མཚང་  
 གི་རྣམ་པའི་ཆ་ཤས་ཞིག་དང་གིས་གསལ་བར་གྱུར་པ་



བསྐྱེབ་བྱའམ་སྤྱ་བྱ། དེ་བསྐྱེབ་པའི་ཕྱིར་དུ་དེ་དང་རྣམ་པ་  
 མཐུན་ཅིང་མི་མཛེས་པ་མེད་པའི་རང་བཞིན་གང་ཡང་  
 རུང་བའི་ཟོལ་གྱིས་བསྐྱེབ་བྱ་གང་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་  
 རང་ཤུགས་ཀྱིས་གསལ་བ་དེ་བསྐྱེབ་ཅིང་འཆབ་པ་  
 བཟོད་པས་སྟན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པའོ། །འདིའི་རྒྱ་  
 དཔེར་ལེ་ཤོ་ལེ་ཤེ་ན་ཞེས་འབྱུང་བའི་ལེ་ཤ་དངོས་པོ་  
 རུང་དུ་སྟེ་ཆ་ལ་འཇུག་ཀྱང་ཟོལ་གྱི་དོན་དུ་སྐབས་  
 འདིར་གོ་དགོས་པར་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་བཤད་པ་སྟེད་བྱེད་  
 གྱི་ཟོལ་གྱིས་སྟེད་པའི་ནང་ནས་སྤྱའི་རང་བཞིན་ཆ་  
 ཅམ་མངོན་པ། བཟོད་བྱར་བྱས་པའི་ཚོད་བྱེད་གྱི་སྒྱུར་  
 བ་ནི་རྒྱན་འདིའི་མཚན་ཉིད་དེ། འདིའི་རང་བཞིན་མི་  
 གསལ་བ་དཔེར་བཟོད་པ་ཉིད་ཀྱིས་གསལ་བར་  
 བྱའོ། །ཞེས་དམ་བཅས་ནས་དཔེར་བཟོད་པ་དངོས་ནི།  
 རྒྱལ་པོའི་བྱ་མོ་ལ་ཆགས་བདག་ །སྤྱ་ལོང་རྒྱས་པ་སྤྱང་བ་  
 པོས། །རིག་པར་གྱུར་ལ་གྱེ་མ་ཚལ། །བསེལ་བའི་རྒྱང་

ལྷན་ཡིན་པར་ཤེས། །རྒྱལ་པོའི་བུ་མོ་མཛེས་ལྷན་མ་ཉུག་  
 རུམ་པའི་འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་རྒྱ་བར་མཐོང་བའི་  
 འདྲིང་ལྷན་གྱི་རྒྱུད་ལ་རྒྱལ་པོའི་བུ་མོ་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱི་  
 ལོང་རྒྱས་པའི་རྣམ་པ་གསལ་བར་གྱུར་པ། སྤྱང་བ་པོ་སྟེ་  
 ཉུག་རུམ་པས་མཐོང་བར་གྱུར་པ་བསྐྱེབ་བྱ། གྱེ་མ་སྦྱིད་  
 མོས་ཚལ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་གང་ཞིང་བསེལ་བའི་རྒྱང་  
 དང་ལྷན་པ་ཞིག་སྟེ། བདག་གི་ལུས་ལ་གང་བའི་སྤྱི་ལོང་  
 རྒྱས་པར་གྱུར་ཏེ་ཞེས་བརྗོད་པ་སྐྱེབ་བྱེད་དེ། བསྐྱེབ་བྱ་  
 ཆགས་པ་དང་སྐྱེབ་བྱེད་གང་བ་གཉིས་ཀས་ལུས་ལ་སྤྱི་  
 ལོང་སྦྱིད་འོས་པའི་ཕྱིར་དེས་དེ་སྐྱེབ་པའོ། །དཔེར་  
 བརྗོད་པ་གཞན་ཡང་། ཇི་ལྟར་བུ་མོ་མཐོང་ཉིད་  
 ནས། །བདག་ལ་དགའ་བའི་མཆི་མ་བྱུང་། །རྒྱང་གིས་  
 རྒྱབ་པའི་མེ་ཏོག་གི་རྒྱལ་གྱིས་བདག་མེག་སུན་བྱུང་  
 རོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་སྐབས་སུ་ནི། །རྒྱན་འདི་ཤིན་ཏུ་  
 མཛེས་པ་ཡིན། །ཇི་ལྟར་བུ་མོ་མཆར་སྤྲུག་ཅན་གང་

མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་ན་འདོད་ལྡན་བདག་ལ་དགའ་བའི་  
 དབང་གིས་མཆི་མ་བྱུང་བ་ཆགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 རྣམ་པ་གསལ་བར་གྱུར་པ་སྟེ་བསྐྱེད་བྱ། རྒྱུང་གིས་  
 གཙུབ་ཅིང་བསྐྱོད་པའི་མེ་ཏོག་གི་རྩལ་གྱིས་བདག་གི་  
 མིག་སྟུན་བྱུང་བར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་སྐྱེད་བྱེད་དེ་དེས་  
 མིག་ལ་རྩལ་ཤོར་བའི་ཐོལ་གྱིས་སྐྱེད་པའོ། །དཔེར་  
 བརྗོད་སྟེ་ཕྱི་གཉིས་པོ་འདི་ཡང་རྒྱན་གཅིག་ལ་དཔེར་  
 བརྗོད་གཉིས་མཛད་པར་རྒྱ་འགྲེལ་དང་། དཔང་རྟེན་  
 ཏུ་འང་གསལ་མོད་ཀྱང་བོད་རྣམས་ཀྱིས། སྟེ་མ་ནི་  
 ཆགས་པ་དང་བསེལ་བ་གཉིས་ཀ་སྟེ་ལོང་གི་རྒྱར་འོས་  
 པས་ན་འོས་པའི་ཆ་དང་། ཕྱི་མ་འདི་དགའ་བས་མཆི་  
 མ་འབྱུང་མེ་འོས་པས་མེ་འོས་པའི་ཆའོ། །ཞེས་རྣམ་དབྱེ་  
 དང་མིང་འདོགས་བྱེད་པ་དོན་ལ་མེ་འགལ་ཡང་། དབྱེ་  
 བ་དེ་ནི་བོད་འདིར་གསར་བྱུང་ཞིག་གོ། །དེ་ལྟར་དཔེར་  
 བརྗོད་ཟིན་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུ་དང་གཞན་ཡང་སྟོན་

མཚང་དང་མུ་ངན་སྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྐབས་སུ་  
 ཆའི་རྒྱན་འདི་ལྟ་བུ་གིན་དུ་མཛེས་སོ་ཞེས་དབྱུག་པ་  
 ཅན་ཉིད་ཀྱི་རང་ལྷགས་ནྟམ་པར་བཞག་པའོ། །གཉིས་  
 པ་གཞན་འདོད་འགོད་པ་བསྟོད་པའམ་སྦྱད་པའི་ཆའི་  
 མཚན་ཉིད་ནི། ཁ་ཅིག་ཆ་ལས་སྦྱད་པའམ། །བསྟོད་པ་  
 བྱས་ལ་ཆ་ཞེས་བཅོམས། །སྟན་ངག་མཁན་གཞན་ཁ་ཅིག་  
 གི་འདོད་པས་བསྟོད་པ་ཁོ་ནའི་ནང་དུ་སྦྱད་པའི་ཆ་  
 ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་ཆ་ལས་སྦྱད་པའམ། ཡང་ན་སྦྱད་པ་ཁོ་  
 ནའི་ནང་དུ་བསྟོད་པའི་ཆ་ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་ཆ་ལས་  
 བསྟོད་པའི་རྒྱན་ཞེས་ཅོད་པར་བྱེད་དོ། །དེ་དཔེར་  
 བཅོམས་པ་ལ། དང་པོ་ཆ་ལས་སྦྱད་པ་ནི། གང་ཡིད་  
 གཡུལ་གྱི་དགའ་སྟོན་ལ། །འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་བས་  
 ཀྱང་ཆགས། །གཟི་ལྡན་ལང་ཆོ་ཡོན་ཏན་ཅན། །རྒྱལ་  
 འདི་ཁྱོད་ཀྱི་བདག་པོར་འོས། །མི་བདག་གི་སྤྱི་མང་དུ་  
 ཆོགས་པའི་ནང་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་དུ་སྤྱུག་པའི་རྒྱལ་བུ་

འདི་ནི་གཡུལ་ངོར་འཐབ་ཚུང་གི་བྱ་བ་ལ་སེམས་ཤིན་  
 ཏུ་དགའ་བས་དེ་འདིའི་དགའ་སྟོན་ཡིན་ཞིང་། རི་ལྷོ་  
 ཆགས་ལྷན་གྱི་སྒྲིམ་བྱ་འགའ་ཞིག་འབྲིག་པའི་དགའ་  
 སྟོན་ལ་ཆགས་པ་ལས་ཀྱང་འདི་ཉིད་གཡུལ་གྱི་དགའ་  
 སྟོན་ལ་ལྷག་པར་ཆགས་ཤིང་གཟི་བརྟེན་དམ་མཐུ་ཆེན་  
 བོ་དང་ལྷན་ལ། ལང་ཆོ་གཞོན་ནུ་ཡོན་ཏན་དུ་ལ་བ་  
 སུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་བྱ་འདི་གཞོན་ནུ་མ་  
 བྱོང་གི་བདག་པོར་འོས་སྤོམ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་མོ་བྱོ་  
 འདམ་པ་ལ་ཕོ་ཉ་བས་སྦྱས་པའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི། བཙུན་འགྲུས་བྱང་འཕགས་བསྟོད་པ་  
 འདིར། །སྦང་པ་ཉིད་དེ་ལོངས་སྦྱོང་ལ། །རྒྱན་དུ་སྦྱར་  
 འདོད་བྱ་མོ་ཡི། །བསམ་པ་དག་ནི་བསྒྲུག་པར་  
 རུས། །འདི་ནི་བསྟོད་པ་ཁོ་ན་སྟེ། །རི་ལྷོ་ཆ་ལས་སྦང་  
 ཅེ་ན། །གཡུལ་ལ་སྦྱོ་བ་བཙུན་འགྲུས་སམ་པ་རོལ་གཞོན་

བ་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་ཡང་།  
 འདིར་སྐབས་ཀྱི་དབང་གིས་བྱ་མའི་བསམ་པ་རྟག་དུ་  
 མི་འབྲལ་བར་འགྲོགས་ནས་འབྲིག་པའི་ལོངས་སྟོད་ཀྱི་  
 བདེ་བ་ལ་རྒྱན་དུ་སྟོད་པར་འདོད་པ་ལ་འདི་ནི་གཡུལ་  
 ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་ཆགས་སོ་ཞེས་སྤྲས་པས། བྱ་མོ་དེས་  
 རང་གི་བདག་པོར་འདོད་པའི་བསམ་པ་དེ་བསྒྲུག་པར་  
 རུས་པས། བསྟོད་པ་ཁོ་ནའི་ནང་དུ་བྱ་མའི་བསམ་པ་ལ་  
 སྟོས་ནས་སྤང་པའི་ཆ་ཅུང་ཟད་སྟོན་པས་ན་ཆ་ལས་  
 སྤང་པའི་རྒྱན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆ་ལས་བསྟོད་པ་ནི། གཞོད་པ་རབ་གཞིལ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །གང་གིས་སྟན་པར་སྤྲ་བ་བསྐབས། རྟེན་བོ་  
 འདི་ནི་བརྩེ་མེད་གཡོ། །གྲོགས་མོ་དེ་ཡིས་བདག་ལ་  
 ཅི། །རང་ཉིད་ཆགས་པས་གཟེར་ཞིང་འདོད་པ་དོན་དུ་  
 གཉེར་བའི་སྐབས་སུ་ཁོ་མོ་མི་འདུད་པ་ཁེངས་པའི་

གཞོན་པ་རབ་དུ་གཞིལ་བའི་སྤང་དུ་སྟན་པར་སྤྲོ་བ་  
 འདི་ནི་གཞན་ལས་ནན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་གྱི། བན་  
 གདགས་པའི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་ཞིང་། གཞན་དུ་ན་སྐྱེ་བོ་  
 འདིའི་རང་བཞིན་ནི་བརྩེ་བ་མེད་པ་མ་རུང་པ་གཡོ་  
 ཞིང་མི་བརྟན་པ་མ་དུལ་བར་ཅི་ཐོད་ཐོད་བྱེད་པ་སྟེ།  
 གྱེ་གྲོགས་མོ་ཞེས་བོད་ནས་སྤྱད་བསྐྱེད་སྟེར་བ་ཡིན་  
 ཏན་མེད་པའི་གྲོགས་པོ་འདིས་བདག་ལ་ཅི་སྟེ་དགོས་  
 པ་མེད་དོའམ་ཡང་ན་ངོ་བོ་སྟོང་བསྐྱབས་པ་དེས་བདག་  
 ལ་ཅི་ཞེས་པའོ། །

དེ་འཆད་པ་ནི། སྐྱེ་བོ་གྲོགས་མོས་རབ་བསྟན་  
 ཁེངས། །ཆགས་བྱིར་བྱེད་པར་མ་རྒྱས་ནས། །སྟོན་ལྟར་  
 སྤང་ཡང་ཡིན་ཏན་གང་། །སྟན་པར་སྤྲོ་བ་ཉིད་ཀྱང་  
 བསྟན། །དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་ཉིད་གྲོགས་མོ་གཞན་  
 གཅིག་གིས་ཆུང་མ་དེ་ལ་སྟོང་གཏམ་བསྐྱབ་བྱའི་ཚུལ་



དུ་ཁྱོད་འདོད་པ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་མ་སོང་བར་ཁྱོད་  
 རང་གི་བདག་པོ་འདི་ལ་མི་འདུད་པའི་ཁེངས་པ་བྱ་  
 དགོས་སོ། །ཞེས་བསྐྱབ་ཀྱང་ཆུང་མ་དེས་ཆགས་པའི་  
 དབང་གིས་གྲོགས་མོས་བསྐྱབས་པ་བཞིན་ཁེངས་པ་བྱ་  
 མ་རྒྱས་པར་བདག་པོའི་འདོད་པ་ནམ་དགོས་ཇེས་སུ་  
 བསྐྱབས་པས། སྐར་གྲོགས་མོ་ལ་འཕྲད་པའི་སྐབས་སུ་  
 དེའི་ངོ་བསྐྱང་བའི་ཕྱིར་ཆོག་འདི་བཟོད་པའི་ཕྱིར་ཆོག་  
 འདི་བཟོད་པ་སྐད་དུ་བྱས་པ་ཉི། སྐ་ཚུལ་སྦྱོན་ཁོ་ན་  
 བཟོད་པའི་བོལ་གྱིས་སྦྱོན་ཏྟར་སྒྲུང་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ཆ་སྟན་པར་སྐ་བ་བསྟན་ཅིང་རིག་པར་བྱས་པའོ། །དེས་  
 ན་གྲོགས་མོས་རབ་བསྟན་ཞེས་པའི་སྒྲེབ་དག་ཀྱང་རྒྱ་  
 དཔེར་ཟུང་དེ་ཉིད་ཞེས་འབྱུང་བ་བོད་ཡིག་ལ་བས་འཕྲུལ་  
 ས་མགོ་ཅན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །དེ་ཏྟར་དཔེར་བཟོད་ཕྱི་མ་  
 གཉིས་པོ་འདི་སྟན་ངག་མཁན་གཞན་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་  
 པ་ཡིན་པ་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་ཀྱང་གཞུང་འདིར་བཀོད་



བས་མི་བཞེད་ཅིང་འགོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ཉིད་  
 འགྲེལ་ཚུལ་བོད་ཀྱི་རྣམ་བཤད་ལ་ལར་བསྟོད་བསྟོད་  
 འདྲ་ལ་སྦྱད་པའི་ཆ་དང་། སྦྱད་སྦྱད་འདྲ་ལ་བསྟོད་པའི་  
 ཆ་ཞེས་བྲིས་པ་དང་། ཁ་ཅིག་གིས་བསྟོད་པ་ལྟར་སྦྱང་  
 བའི་སྦྱད་པའི་ཆ་དང་། སྦྱད་པ་ལྟར་སྦྱང་བའི་བསྟོད་  
 པའི་ཆ་ཞེས་འགྲེལ་པ་ནི་འདྲ་བ་དང་ལྟར་སྦྱང་ཞེས་  
 པའི་ཆེག་གིས་བསྟོད་སྦྱད་དངོས་མ་ཡིན་པར་གོ་བ་  
 འོག་ནས་འཆད་འགྱུར་གྱི་རྒྱན་ཉིར་དགུ་པ་ཟོལ་བསྟོད་  
 དང་འདྲེས་པར་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་ཤིང་། ཆ་ཞེས་  
 པའི་དོན་དང་ཡང་མི་འབྱོར་བ་དང་། དཔལ་ཁང་པས།  
 གྲོགས་མོ་དེ་ཡིས་བདག་ལ་ཅི། །ཞེས་སྒྲིས་པས་སྒྲིས་པར་  
 འབྱུ་མནན་པ་ཡང་། རྒྱ་དཔེར་ས་ཁི་ཞེས་འབྱུང་བ། ན་  
 དྲི་ལས་སམ་བུ་རྒྱུ་བྱིན་པའི་ཤུལ་དུ་འདུག་པ་མ་  
 གཟེགས་པའོ། །སྒྱུར་ཡང་ཟོལ་བསྟོད་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་  
 བྱུང་པར། ཟོལ་བསྟོད་ནི་སྒྲིན་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཟོལ་གྱིས་

མཐུ་ལ་སོགས་པ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཤུགས་ཀྱིས་སྟོན་པ་  
 ཞིག་ཡིན་ལ། འདྲི་ཞི་སྤར་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་བཟོད་  
 འདྲོད་ཀྱི་སྐབས་དོན་བསྟོད་སྦྱང་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་  
 དེའི་ཚྭ་ཕྱགས་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་ཟོལ་གྱི་ནང་ནས་ཆ་ཙམ་  
 ལས་མི་མངོན་པ་ཞིག་སྟེ། དཔེར་ན་ཆ་ལས་སྦྱང་པ་ལ་  
 བསྟོད་པ་འབའ་ཞིག་པའི་ནང་དུ་སྦྱང་པའི་ཆ་ཅུང་  
 ཟད་མངོན་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆ་ལས་བསྟོད་པ་  
 ལའང་སྦྱང་པ་འབའ་ཞིག་པའི་ནང་དུ་བསྟོད་པའི་ཆ་  
 ཅུང་ཟད་མངོན་པ་དེ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་བསྟན་ཟེན་པའི་  
 རྒྱ་དང་ཕྱ་མོ་ཆའི་རྒྱན་ཏེ་གསུམ་པོ་འདི་འགྲེལ་བྱེད་  
 འགའ་ཞིག་གིས་རྒྱ་རྒྱན་གྱི་བྱེ་བྲག་དུ་འདྲོད་ཀྱང་། རྒྱ་  
 ཕྱ་ཆ་གསུམ་གྱི་རྒྱན་མདོར་བསྟན་མཉམ་དུ་མཛོད་པ་  
 བྱི་རྒྱ་འགྲེལ་ཆེ་བར་རྒྱན་དེ་གསུམ་འབྲེག་བཟོད་ནམས་  
 ཀྱི་ནང་ནས་ཕུལ་དུ་བྱུང་ཞིང་སྟོན་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་  
 བསྟན་པར་བཤད་ཀྱི། ཕྱ་ཆ་དག་རྒྱ་རྒྱན་གྱི་བྱེ་བྲག་ཡིན་

པར་ནི་མ་བཤད་ཅིང་། འོན་དུའང་རྒྱ་རྒྱན་སྐབས་སུ་  
 རྒྱའི་དབྱེ་བ་འགའ་ཞིག་དཔེར་བཅོལ་བཅས་བསྟན་  
 ཟེན་པས། སྤྱི་ཆ་དག་དེར་གཏོགས་ཆེ་བུར་དུ་བཅོལ་བ་  
 དགོས་པས་དབེན་ཅིང་། དེ་དག་རྒྱ་སྤྱི་དང་འཆད་ཚུལ་  
 མི་འདྲ་བ་ཆེ་བས་རྒྱ་རྒྱན་གྱི་ནང་ཚན་ཡིན་ཅེས་འདོད་  
 པ་ནི་ནམ་ཡང་མི་འཐད་དོ།

འོན་རྒྱན་བཅུ་དྲུག་པ། གྲངས་སམ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།  
 བཅུ་དྲུག་པ་གྲངས་སམ་རིམ་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས།  
 མཚན་ཉིད་དང་དཔེར་བཅོལ་དོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་  
 ནི། དངོས་པོ་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་རྣམས། །རིམ་པ་བཞིན་  
 ཏུ་རྒྱུ་སྟོན་པ། །གྲངས་དང་རིམ་པ་བཞིན་ཅེས་  
 པ། །གྲངས་བཞིན་ཅེས་པར་རབ་ཏུ་བཅོལ། །བཅོལ་  
 འདོད་ཀྱི་དངོས་པོ་དཔེ་ཅན་རྣམས་སྟོན་ལ་རིམ་པས་  
 བཀོད་ཅིང་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་རྣམས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལས་མ་

འཆོལ་བར་འོག་དུ་སོ་སོའི་དཔེ་རྣམས་ཀྱང་རིམ་པ་  
 བཞིན་དུ་རྩིས་སུ་སྟོན་པ་དེ་ནི་བགྲང་བ་བཞིན་གྱི་རྒྱན་  
 རྒྱུ། ཡང་ནི་རིམ་པ་བཞིན་ཞེས་སམ་གྲངས་བཞིན་  
 ཅེས་པའི་རྒྱན་དུ་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་རབ་  
 ཏུ་བརྟེན་དོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྟེན་པ་ནི། ལྷུ་ལ་ཆུར་ནི་རབ་  
 ལྷགས་མ། བྱོད་གྱི་འཇུག་མེག་གཞོང་མཛེས་ནི། ལྷ་  
 ལྷ་ལྷུ་ལ་པར་ལས། བརྒྱས་པར་ངེས་སོ་གཟུགས་  
 ཅན་མ། འདི་ནི་རིམ་པ་ཅན་གྱི་དཔེར་བརྟེན་དཔེ་དང་  
 རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་གཉིས་བསྐྱེད་པས་བསྟན་པ་ཡིན་པར་  
 རྒྱ་འགྲེལ་ལས་བཤད་ཅིང་། དེས་ན་གྱི་གཟུགས་ཅན་མ་  
 ཞེས་བོད་ནས། ལྷུ་ལ་མེ་རྟོག་གི་རྩིང་བུའི་ཆུ་ལྷགས་  
 པར་གྱུར་པ་བྱོད་གྱི་འཇུག་པའི་མཛེས་པ་དང་། མེག་གི་  
 མཛེས་པ་དང་། གཞོང་པའི་མཛེས་པ་ཞེས་དཔེ་ཅན་གྱི་

རིམ་པ་རབ་ཏུ་བཀོད་ཅིང་བསྟན་ནས། དེའི་གོ་རིམ་  
 ལྟར་དེ་དག་སོ་སོའི་དཔེ་ཀྱ་ཟུང་དང་ཟུངས་ལ་དང་པར་  
 ལས། ཞེས་དཔེའི་རིམ་པ་སྟོས་ནས། བརྟུས་སོ་ཞེས་པ་  
 དཔེ་གསལ་བྱེད་དང་། དེས་སོ་ཞེས་པ་རབ་རྟོག་གསལ་  
 བྱེད་དེ། མིག་ལ་སོགས་པ་ཟུངས་ལ་སོགས་པ་འདྲ་བ་  
 དང་། མེ་རྟོག་གི་རྩིང་བྱར་བྱས་བྱས་པ་ནི་རབ་རྟོག་གི་  
 ས་བོན་ནོ། །དེ་ཡང་དཔེ་དཔེ་ཅན་རེ་རེ་ནས་སྐྱར་ཏེ་  
 སྟོས་ན། བྱེད་ཀྱི་འཇུག་པའི་མཛེས་པ་ཀྱ་ཟུང་དང་།  
 མིག་གི་མཛེས་པ་ཟུངས་ལ་དང་། གདོང་གི་མཛེས་པ་པར་  
 དཀར་པོ་ལས་བརྟུས་པར་དེས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན།  
 བོད་འགྲེལ་ཐམས་ཅད་ཏུ་དཔེ་ཅན་གདོང་ལ་སོགས་  
 པའི་མཛེས་པ། དཔེ་པར་ལ་སོགས་པས་ཕར་བརྟུས་པའི་  
 དོན་ཏུ་བཀྲལ་བ་ནི་དཔེ་ཅན་ལ་མ་བསྟོད་པར་མ་ཟད་  
 སྟོད་པར་སོང་ཞིང་། བརྟུས་པ་ཞེས་པའི་མཚུངས་  
 གསལ་གྱི་སྒྲ་དཔེ་ལ་སྐྱར་བ་དེ་འདྲའི་དཔེ་རྒྱན་མི་སྤྱིད་

ཅིང་། བརྒྱུས་ནས་མེད་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བྱུགས་  
 གྱིས་བསྟོད་པར་འགྱུར་པའི་སྐབས་ཀྱང་མེད་དོ། །འོན་  
 ཀྱང་དེ་ལྟར་འཆད་པའི་འབྲུལ་གཞི་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར།  
 དཔེ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་སྦྱར་ཞིང་། དེ་དང་མཐུན་  
 པར་བོད་སྐད་ལའང་བརྒྱ་ཡིན་ཞེས་བསྒྱུར་བ་ལས་བྱུང་  
 འདུག་ཀྱང་། དེ་ནི་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པ་རྒྱ་མཆོན་གྱི་  
 དོན་དུ་སྦྱར་བ་ཡིན་གྱི་བྱེད་པའི་དོན་མ་ཡིན་ལ། འོན་  
 ཀྱང་བོད་ལ་དེ་ལྟར་བསྒྱུར་ན་དོན་ལ་མི་འགལ་ཡང་གོ་  
 མི་བདེ་བས་འདིར་བརྒྱ་ལས་ཞེས་རྣམ་དབྱེ་སྦྱར་ཚུལ་  
 གོ་བདེ་བའི་སྐད་དུ་བཅོས་པ་ཡིན་ཅོ། །གཞན་ཡང་ཡབ་  
 སྐུ་མཇལ་བའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ།  
 མཇེའ་དང་རབ་དགའ་ཡོན་ཏན་ལ་གུས་པའི། །འབྱུང་  
 པ་དང་ནི་བརྟན་པར་འགྲོགས་པ་དང་། །ཞབས་ལ་ཕྱག་  
 བཞུའི་སྐད་དུ་མཉམ་ཉིད་དུ། །བདག་གི་སྒོ་འདི་འཕུལ་  
 ལ་བྱོད་ཅན་རྒྱལ། །ཅིས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དོན་རྒྱན་བཅུ་བདུན་པ། དགའ་བའི་རྒྱན།

བཅུ་བདུན་པ་དགའ་བའི་རྒྱན་དང་། བཙེ་བརྒྱད་པ་  
ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན་དང་། བཅུ་དགུ་པ་གཟི་བརྗིད་ཅན་  
གྱི་རྒྱན་རྣམས་ལ་གཉིས། མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་  
ཅིང་བསྐྱགས་པ་དང་། དཔེ་སྦྱར་གྱིས་སོ་སོར་རྒྱས་པར་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མདོར་བསྟན་  
ཅིང་བསྐྱགས་པ་ནི།

དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་དགའ་བར་བརྗོད། །

ཉམས་ལྡན་ཡིད་འོང་ཉམས་དང་ལྡན། །

གཟི་བརྗིད་ང་རྒྱལ་སྤྱིས་པ་སྟེ། །

དེ་གསུམ་བྱུང་འཕགས་དག་དང་ལྡན། །

དགའ་བའི་རྒྱན་ནི་མཆོག་ཏུ་སྟེ་ཆེས་བྱུང་པར་དུ་  
འཕགས་པའི་དགའ་བ་སྟེ་ན་མེད་པར་སྤྱིས་པ་བརྗོད་

ཅིང་རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་རྫོང་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་རྒྱན་དང་།  
 ཉམས་ལྷན་གྱི་རྒྱན་ནི། ཇི་ལྟར་ཆོད་མ་སྒྲ་ཆོགས་རབ་  
 སྒྱར་ཁ་བས་བོས་པ་ཡི། སྦྱོས་པ་རྣམས་ནི་རོ་མཆོག་  
 སྦྱང་བར་བྱེད་ཅིང་དགའ་བ་འཕེལ། །དེ་བཞིན་སྒྲ་  
 ཆོགས་མངོན་ཚུལ་གྱིས་མཆོན་ངག་ལུས་ཡིད་ལྷན་  
 བྱིར། །ཡིད་བབང་རྣམས་གྱིས་གནས་ཅན་ཡིད་ཉམས་  
 རོ་མཆོག་སྦྱང་བར་བྱེད། །ཅིས་འབྱུང་བ་ལྟར། གང་ཞིག་  
 སྦྱང་བྱའི་རོ་ཉམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སྒྲིག་སོགས་  
 བརྒྱད་པའི་སྦྱི་མིང་གནས་ཅན་དང་། དེ་རྣམས་སྦྱིད་  
 བྱེད་ལ་གནས་ཞེས་བྱ་བས། གནས་ཅན་དེ་དག་བརྫོང་  
 བྱར་བྱས་པའི་ཆོག་ལའང་སྒྲིག་སོགས་ཀྱི་ཉམས་དང་  
 བཅས་ཤིང་། དེས་དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་ཀྱིས་པའི་ཆོག་  
 སྦྱར་ནི་ངག་གོ། །གཟི་བརྗེད་ཅན་ནི་ནང་དུ་ང་རྒྱལ་  
 འཕེལ་བའི་ཆོག་སྟེ་དེ་གསུམ་ཀ་ཡང་ཉམས་ལས་སྦྱེ་བ་



སྟེ་བྱང་པར་དུ་འཕགས་ཤིང་ཕུལ་དུ་བྱང་བའི་བཟློང་  
བྱ་ཟློང་བྱེད་གཉིས་པན་ཚུན་དུ་འབྲེལ་ན་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་སྦྱར་གྱིས་སོ་སོར་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ།

༡ རེ་བ་དང་བཅས་པའི་དགའ་བ།

དང་པོ་དགའ་བའི་རྒྱན་ལས་རེ་བ་དང་བཅས་པའི་  
དགའ་བ་ནི།

གོ་བོའ་ཁྱེ་ཁྱོད་ཁྱིམ་འོངས་པ། །

དེང་བདག་དགའ་བ་སྦྱེས་པ་གང་། །

དགའ་བ་འདི་ནི་སྦྱར་ཡང་ཁྱོད། །

དུས་ཀྱིས་འོངས་ན་འབྱང་བར་འབྱུང་། །

གོ་བོའ་ཁྱེ་སྦྱང་རྩེའམ་ས་གཞི་ཐོབ་ཅེས་བྱབ་འཇུག་གི་  
མིང་སྟེ། ཁྱོད་ཁྱིམ་འདིར་འོང་བ་ལས་བྱང་བ་དེང་གི་

དུས་བདག་ལ་སྐྱེས་པའི་དགའ་བ་འདི་འདྲ་བ་ནི། སྤར་  
ཡང་བྱོད་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཉིན་མོ་ལ་བབས་པའི་དུས་  
ཀྱི་ཆེ་འོངས་ན་འབྱུང་བར་འབྱུར་གྱི་གཞན་ལས་མ་  
ཡིན་ནོ། །ཅས་པའི་དོན་དོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

དེ་འདྲའི་དགའ་བ་བེ་དུ་རས། །

གཞན་ལས་མིན་ཞེས་རིགས་པར་སྤྲས། །

དེ་ལ་གུས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི། །

རབ་བསྟེན་འཕྲོག་བྱེད་ཤིན་དུ་དགེས། །

དུས་ཡུན་རིང་པོར་རྩེ་གཅིག་དུ་སྐྱབ་པའི་སྣ་བྱབ་  
འཇུག་བྱིས་དུ་འོངས་ནས་ཞལ་བསྟན་པའི་དུས་ཀྱི་  
དགའ་བ་འདི་འདྲ་བའི་རྒྱ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟོང་འོད་  
ཀྱི་སྟོང་བ་ལྷ་བུ་ནི་བྱོད་བྱོན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས། སྤར་ཡང་

ཁྱོད་འོང་བ་ལས་འབྱུང་གི་རྒྱ་གཞན་གང་ལས་ཀྱང་  
 མེན་མོ་ཞེས་མིའི་མཆོག་རྒྱལ་པོ་བེ་དུ་རས་རིགས་པར་  
 སྤྲེལ་ཤིང་གུས་པར་བྱས་པ་ཙམ་གྱིས་འཕྲོག་བྱེད་དེ་ལྟ་  
 བྱལ་འཇུག་ཉིད་ཀྱང་རང་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་གུས་པའི་རྒྱ་  
 དེས་ཤིན་ཏུ་དགྱེས་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་པའོ། །འདིར་སྤྲེལ་  
 ཐང་པས་རིགས་པ་སྟེ་དྲང་པོར་ཞེས་ནམ་གངས་སུ་  
 མཇུག་པ་ནི་མི་ལེགས་ཏེ། རིགས་པའམ་འོས་པའི་སྐད་  
 འོད་ཡུལ་ཞེས་པ་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་འབྱུང་ཞིང་། དྲང་  
 པོའི་སྐད་འོད་རི་རྩ་ཡིན་པ་འདིར་མེད་པས་སོ། །དེ་ལྟ་  
 བྱེད་དྲང་པོར་བྱེད་འོས་པ་དང་། དེ་ལས་སྒྲིག་པར་  
 བྱེད་མི་འོས་པ་ལ་བསམ་ན་དོན་ཐོབ་གྱི་དབང་གིས་དེ་  
 གཉིས་གཅིག་པའི་སྐབས་སྤྱིད་ཀྱང་འདིར་སྐབས་དོན་  
 མེན་ཅིང་གཞན་དུ་ན་དེ་གཉིས་ནམ་གངས་སུ་ཡང་མི་  
 རུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གུས་པ་ཙམ་ཞེས་པའི་ཙམ་སྤྲོ་ནི་རྒྱ་  
 དཔེར་སྤྱི་ཏུ་ཞེས་འབྱུང་བ་གུས་པ་ཁོ་ནས་དགྱེས་པའི་

དོན་དང་། ས་སྒྲ་ར་ནི་བསྟེན་པར་བྱ་བའི་སྟ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏེ་ར་མགོ་ཅན་དུ་བྱེས་པ་ནི་ཡི་གེ་ལོ་ར་བའོ། །དེས་  
 ན་དཔེར་བརྗོད་འདི་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་  
 གཞན་ཡང་སྟ་ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་སྟོས་གར་དུ། ཇི་ལྟར་  
 མངོན་པར་འདོད་དོན་འགྲུབ་པའི་སྟངས། །གསོད་པའི་  
 ཇོ་འདི་ལ་འཇོགས་དགའ་བ་ལྟར། །མ་ལ་ཡ་ཡི་ཅ་རྒྱན་  
 རོས་བརྒྱན་པའི། །མ་ལ་ཡ་ཅན་མས་ཀྱང་དགའ་མི་  
 བྱེད། །ཅེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོན་ལ་ཞོན་གྱིས་སྟ་  
 དུང་གི་གཙུག་གི་སྟངས་དུ་རང་གི་སྟ་ལུས་བཏང་བ་ན་  
 གསུངས་པར་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་བཀོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ནོ། །

༢ རེ་བ་མེད་པའི་དགའ་བ།

རྒྱན་གཉིས་པ་རེ་བ་མེད་པའི་དགའ་བ་ནི། ཟླ་བ་ཉི་མ་  
 རྒྱང་ས་མཁའ། རྟེན་སྟེན་བྱེད་དང་མེ་དང་ཆུ། །ཞེས་

པའི་གཟུགས་རྣམས་རབ་འདས་ནས། །ལྷ་ཁྱོད་ལྷ་བར་  
 ངེད་ཀྱིས་ཅི། །ལྷ་མ་སྤྱན་རས་གཟིགས་བརྟུལ་ཞུགས་སུ།  
 དབང་ཕྱག་ལ་དད་པ་རྣམས་ས་དང་ཆུ་དང་མེ་དང་  
 ཆུང་དང་མཚོ་སྤྱན་བྱ་བ་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་ཟླ་བ་  
 དང་ཉི་མ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་གསལ་བ་བརྒྱད་དུ་  
 རྟོགས་ཤིང་དེ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཆལ་བར་བྱས་པས།  
 ཞེས་འབྱུང་བ་ལྷ་བུའི་གསལ་བའི་གཟུགས་བརྒྱད་པོ་དེ་  
 རྣམས་ལས་རབ་དུ་འདས་ནས། ཤེན་དུ་མི་གསལ་བ་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེན་པོ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་དཀའ་བ་ཞིག་ན། ཐ་མལ་  
 པའི་སྐྱེ་བོ་བདག་ཅག་ལྷ་བུའི་སྦྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་  
 འདི་ལྟར་དངོས་སུ་མཐོང་བས་རེ་བ་བྱར་ཅི་ཡོད། ཅས་  
 རེ་བ་མེད་བཞིན་དུ་འང་གཟུགས་བརྟན་བརྒྱད་པོ་ལས་  
 འདས་ཏེ་དབང་ཕྱག་དངོས་མཐོང་བའི་དུས་སུ་བརྗོད་  
 པ་དཀའ་བ་དེ་ལས་སྐྱེས་པའི་ཆོག་གོ།

དེ་བཤད་པ།

མངོན་སུམ་བྱས་པའི་སྣ་ལ་ནི། །

རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆ་ཡིས། །

དགའ་བ་རབ་དུ་གསལ་བྱས་གང་། །

དེ་ཡང་དགའ་བར་རྗེས་ཏྱིགས་བྱ། །

གསལ་བའི་གཟུགས་བརྟན་བརྒྱད་ལས་འདས་ཏེ་སྣ་  
དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་དངོས་མཐོང་ཞིང་མངོན་སུམ་དུ་  
བྱས་པ་ར་སྤྱི་རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྩ་དུ་བཟུང་ཆེད་དགའ་  
བའི་གོ་ཆ་ལས། རྒྱ་དཔེ་ཁ་ཅིག་དུ་རྩ་ཇ་བཟུང་ཆེད་རྒྱལ་  
པོའི་གོ་ཆ་ཞེས་ཀྱང་འབྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་དེའི་དགའ་བ་  
གསལ་བར་བྱས་པའི་ཆོག་སྦྱར་དེ་སྣ་བྱ་ཡང་དགའ་  
བའི་རྒྱན་དུ་རྗེས་སུ་ཏྱིགས་པར་བྱའོ། །སྐབས་འདིར་རྒྱ་  
འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་ཇི་བཞིན་དཔང་རྒྱུ་དུ། སྣ་

དབང་ཕྱག་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ཏེ་མཐོང་བ་ལའང་ཞེས་  
 དང་། མཐོང་བར་ཆེས་ཤིན་ཏུ་དགའ་བ་བྱོད་མཐོང་བ་  
 རི་རབ་ཏུ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པར་དགའ་བའོ། །ཞེས་  
 གསལ་བར་བཤད་ཅིང་། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེ་དང་  
 ཀུན་མཁྱེན་པར་དགར་པོས་མཛད་པའི་བསྐྱུས་འགྲེལ།  
 ལྷ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱག་གི་འགྲེལ་པ་སྟགས་སུ་ཡང་  
 དེ་དང་ཕྱོགས་མཐུན་དུ་བཀྲལ་ཡང་། དེ་ལས་གཞན་  
 པའི་འགྲེལ་མཛད་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱལ་པོ་འདིས་ལྷ་  
 དབང་ཕྱག་དངོས་མ་མཐོང་བར་གཟུགས་བརྟན་བརྒྱད་  
 པོ་ཙམ་མཐོང་བའི་དགའ་བ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཡིན་  
 པར་འཆད་པ་ནི། མངོན་སུམ་བྱས་པའི་ལྷ་ལ་ནི། རྒྱལ་  
 པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆ། ཞེས་འབྱུང་བའི་གཞུང་ཆོག་རྒྱ་  
 འགྲེལ་དང་བཅས་པ་ལ་དངོས་སུ་འགལ་ཞིང་། ར་སྒྱའི་  
 རིགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་ཆོག་འདིས་ལྷ་མངོན་  
 སུམ་དུ་མཐོང་བའི་གཏམ་རྒྱ་གར་བའི་མཁས་པ་ཡོངས་

ལ་རྒྱུང་ལྟར་དུ་གྲགས་ཟེན་པ་དང་། ཤོང་དཔང་སྟགས་  
 བོད་ཡུལ་འདི་ཉིད་ཀྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
 དང་མི་མཐུན་པར་མ་ཟད་རིགས་པས་ཀྱང་མི་འཐད་  
 པར་གྱུ་བ་སྟེ། ལྷ་མཛོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་རྣམ་པ་  
 བདག་ལ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅེས་ལྷ་མ་མཐོང་བ་ལ་བརྗོད་  
 པའི་ཆོག་ཡིན་ན་ཟུང་ན་ནམ་སྟོབ་འཛིན་ཀྱི་འགྱུར་གྱི་  
 དགའ་བ་ཅེས་དུ་འང་ཅི་སྟེ་རུང་། དབང་ཕྱུག་གི་  
 གཟུགས་བརྟན་དུ་འདོད་པ་ས་དང་ཆུ་དང་ཉི་ཟླ་ལ་  
 སྟགས་པ་འདི་རྣམས་ནི་ཀུན་གྱི་སྟོད་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཅིང་  
 མཐོང་བཞིན་པ་འདི་ལ། རྒྱལ་པོ་དགའ་བའི་གོ་ཆས་དེ་  
 རྣམས་མཐོང་བའི་ཆོ། དེ་ཅེས་གྱི་དགའ་བ་བྱུང་པར་བ་  
 ལྷག་པོར་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་འདུག་བརྟགས་ཤིང་  
 དབྱུང་ན་རང་གི་འདོད་པ་དེ་བཞིན་འཐད་དམ་མི་  
 འཐད་གསལ་བར་གོ་རྣམ་པ་ཞིག་གོ། དེས་ནས་དཔེར་  
 བརྗོད་སྟེ་ཕྱི་འདི་གཉིས་ཀྱི་མིང་འདོགས་ཀྱང་བོད་



འགྲེལ་རྣམས་སུ་སྤྲོ་མ་ལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་དགའ་བ་དང་།  
 ཕྱི་མ་ལ་གཟུགས་བརྟན་ཀྱི་དགའ་བ་ཞེས་འདོགས་  
 པའང་འགྲེལ་ཚུལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་པའི་ཞེ་འདོད་དེ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བཏགས་པར་འདུག་ཀྱང་། ལྷ་དངོས་སུ་  
 མཐོང་བར་བརྗོད་པ་ལ་དཔེར་བརྗོད་སྤྱི་གཉིས་འདྲ་  
 བ་དང་། བཤད་ཟེན་མ་ཐག་པའི་གཏན་ཆོག་དེ་  
 རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལོགས་པས། འདི་ནི་ཆེས་བྱད་  
 པར་དུ་དགའ་བའི་རྒྱན་ནམ། རེ་བ་མེད་པའི་དགའ་  
 བའི་རྒྱན་ཅས་བྱའོ། །པཎ་ཆེན་སལྷ་མེས། སྒྲིག་ཉམས་ཀྱི་  
 དཔེར་བརྗོད་འདིར་དྲངས་ནས། དགའ་བའི་རྒྱན་ལ་  
 དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་མཇུག་ཅིང་། དགའ་བ་ཉིད་དུ་སྤྲོ་  
 བརྟེན་ཏེ་སོགས་ཀྱི་བཤད་པས་སྒྲིག་ཉམས་ཀྱི་གོ་ཚུང་  
 པར་མཇུག་པ་ནི་འདི་ཐད་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་ལ་བརྟགས་  
 པས་ཀྱང་མི་འཐད་པ་རྟོགས་སྤྲོ་ཞིང་དངོས་སུ་གསལ་  
 ལ། དེ་ལྟ་ན་ཉམས་རྒྱན་བདུན་ལས་མི་འབྱུང་བས།

འདིར་ནི་ཉམས་བརྒྱད་དབང་བྱས་ཏེ། སྔགས་གསུངས་  
 བ་དང་འགལ་ཞིང་གཞོན་བྱེད་གཞན་ཡང་མང་ལ། རྒྱ་  
 འགྲེལ་གཉིས་ཀ་ནས་ཀྱང་འདི་ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན་དུ་  
 བསྐྱས་ནས་གསལ་བར་བཤད་དོ། །བསྟོན་པ་བརྒྱ་ལྔ་  
 བརྒྱ་པར། བྱོད་ཀྱིས་གཞན་གྱི་དོན་སྦྱང་དུ། སྐྱོ་སྔག་  
 བཏང་ནས་དགྲེས་གྱུར་གང་། །དེ་འདྲ་སྔག་ཆགས་གུམ་  
 བ་ལས། །སྔོས་པ་རྣམས་ལའང་འབྱུང་མི་འགྱུར། །ཞེས་  
 བའང་དགའ་བའི་རྒྱན་ནོ། །

དོན་རྒྱན་བཙེ་བརྒྱད་པ། ཉམས་ལྡན་གྱི་རྒྱན།  
 བཙེ་བརྒྱད་པ་ཉམས་ལྡན་གྱི་དཔེར་བཟོད་ལ་གཉིས།  
 བསམ་པ་བརྒྱད་རྒྱས་པའི་ཉམས་བརྒྱད་བཤད། སྟན་  
 པའི་ཉམས་ལས་བྱུང་པར་དབྱེ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
 སྐྱོག་དྲག་དཔའ་བཙེ་བཞིའི་སྦྱོར་བ་བཤད་པས་བརྒྱན་

པ་དང་། གཞན་བཞིའི་མིང་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་བརྒྱན་  
པའོ། །

༡ དགའ་བའི་འགྱུར་བ་འཕེལ་བ་སྐྱེག་པའི་ཉམས།  
དེ་ལས་དང་པོའི་དང་པོ་དགའ་བའི་འགྱུར་བ་འཕེལ་  
བ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ནི།  
ཤི་བ་ཞེས་བྱ་པ་རྣམས་ཏུ། །

གང་དང་འགྲོགས་ཕྱིར་བདག་འཆི་འདོད། །

ཨ་མ་རྩེ་དེ་བདག་གིས་ནི། །

སྐྱེ་འདི་ཉིད་ལ་ཇི་ལྟར་ཐོབ། །

ཡུལ་བསྐྱེད་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ད་ཡ་ན་སྟེ་བོད་སྐད་ལ་ལོ་རྒྱུ་བ་  
འགའ་ཞིག་གིས་ཤར་བ་ཞེས་བསྐྱུར་བ་མདོ་རྣམས་ལས་  
འབྱུང་བ་དེ་ཡིན། དེ་ཉིད་རང་གི་བཅུན་མོ་རྒྱལ་པོ་ཨ་

བརྟེན་ཅི་ལྟ་མོ་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པའི་གཟུགས་བྱང་ལ་ཆགས་  
 ཏེ་དེ་དང་ཏྲག་ཏུ་ཆེ་བས་བེལ་ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་དྲུག་བ་  
 ཤོར་བར་བརྩམས་པ་ན་སྒྲོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་དེ་ག་ཤེད་  
 ཏུ་སྤྲོས་ནས་ཤེའོ་ཞེས་སྤྲོས་པས། རྒྱལ་པོ་དེ་ཡང་དེ་དང་  
 འབྲལ་བ་མི་བཟོད་ཀྱང་ཤི་བེན་པའི་ཕྱིར་བདག་ཉིད་  
 གསོན་པོའི་སྐྱེ་བ་འདི་ལ་དེ་དང་འགྲོགས་པ་མི་ཐོབ་  
 པར་ཤེས་ཤིང་། ཤི་བའི་འོག་ཏུ་འཇིག་རྟེན་གཞན་ན་  
 འགྲོགས་རྒྱུ་ཡོད་པར་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་པའི་གཏམ་  
 གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་རྒྱལ་པོ་འཆི་བར་བརྩམས་པ་  
 བ། སྒྲོན་པོ་ནམས་ཀྱིས་བྱ་མོ་སྤྲོར་ཡང་འཆོའོ་ཞེས་སྤྲོས་  
 བས་གཏད་པས། དེ་ཙམ་གྱི་གདུང་བ་ཡོད་པའི་བཙུན་  
 མོ་ཤི་བར་སེམས་ནས་དེ་དང་འབྲུད་པའི་རེ་བ་མེད་པ་  
 ལ། སྤྲོར་ཡང་སྐྱེ་བ་དེ་ཉིད་ཏུ་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པ་ལས་  
 སྐྱེས་པ་སྐྱེག་པའི་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཆོག་སྟེ། དེ་  
 ཡང་ཤི་བ་ཞེས་བྱ་བའི་འཇིག་རྟེན་ཡ་རོལ་ཏུ་མཛེས་མ་

དེ་དང་འགྲོགས་པའི་ཕྱིར་བདག་འཆི་བར་འདོད་ཅིང་།  
གཞན་གསོན་པའི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་འགྲོགས་པར་  
འགྱུར་རམ་སྟམ་པའི་རེ་བ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་ལ། སྐར་  
ཡང་སྐྱེ་བ་འདི་ཉིད་དུ་མ་ཟད་དུས་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཨ་  
བརྟེ་དེ་བདག་གིས་དངོས་སུ་ཐོབ་ནས་ལོངས་སྤྱོད་དུ་  
ཡོད་པ་འདི་རི་ལྟར་བདེན་ཏེ་ཆེ་ལམ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་  
པའོ། །

དེ་བཤད་པ།

དགའ་བ་ཉིད་དུ་སྐར་བསྟན་འདིར། །

དགའ་བ་སྐྱེག་པ་ཉིད་གྱུར་པའི། །

རང་བཞིན་རྒྱས་དང་ལྡན་པས་ན། །

འདི་ནི་ཉམས་དང་ལྡན་པའི་ཆོག །

དགའ་བ་སྐྱེས་བུའི་ཡུལ་ཅན་ནི་སྤར་དགའ་བའི་རྒྱན་  
 དུ་བསྟན་ཅིང་དཔེར་བརྗོད་ཟེན་ཏེ། འདྲིར་ནི་བྱང་  
 མེད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་བྱུང་བ་དགའ་བ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ཏེ།  
 དེ་ཡང་འཆི་མེད་མཛོད་དུ། ཡིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཡིད་  
 ཉམས་ཏེ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། རང་གི་དེ་ཉིད་སེམས་  
 རང་བཞིན་དུ་གནས་པ་ལས་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་  
 དགའ་བའམ་འདོད་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཡིད་ལ་བྱུང་ཞིང་།  
 དེ་ལྟས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་དུ་མ་ཤོར་བ་ནི་འགྱུར་  
 བའམ་ཡིད་ཉམས་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཉམས་སྦྱིད་བྱེད་ཀྱི་གནས་  
 ལོ། །དེ་ཉིད་ལྟས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་དུ་གསལ་བ་ཆགས་  
 པའི་ཟུར་མིག་གིས་ལྟ་བ་དང་། འབྱུང་ཅིང་རྩེ་བ་དང་།  
 དབུགས་འདར་བ་སོགས་ལྟས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་དང་།  
 འབྲིག་ཆོག་སྤྲོ་བ་སོགས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་ཏེ་ལྟས་  
 ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་དུ་འཕྲོན་པ་སྐྱེག་པའི་ཉམས་ཀྱི་  
 གནས་ཅན་ཡིན་པས་སྟོབ་དཔོན་རལ་སྤྱོད་དགའ་དང་

དགོང་བོ་མུ་ངན་དང་། ཁྱོ་དང་སྒྲོ་བ་དེ་བཞིན་  
 འཇིགས། སྒྱུགས་བོ་ངོ་མཚར་ཞེས་དེ་རྣམས། གནས་  
 བྱེད་འགྱུར་བར་རབ་ཏུ་བསྒྱུགས། སྒྲིག་དང་དགོང་  
 དང་སྒྲིང་རྗེ་དང་། དྲག་པོ་དཔའ་བ་འཇིགས་བྱེད་  
 དང་། མི་སྒྱུག་མད་བྱུང་མིང་ཅེས་ཞེས། བརྒྱད་རྣམས་  
 གར་གྱི་ཉམས་སུ་བཤད། ཅེས་གསུངས་སོ། དེས་ན་དེ་  
 ལྟ་བུའི་དགའ་བའི་འགྱུར་བ་རྒྱས་པའམ་འཕེལ་བ་སྒྲིག་  
 པའི་རོ་ཉམས་མཐར་ཐུག་པའི་ངག་ནི་གཞུང་གིས་  
 དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཡང་། སྒྲིག་དང་རོལ་  
 དང་སྒྲུབས་ལ་སོགས། ལྟ་བའི་དོན་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་  
 ནི་ལུས་ཀྱི་གར་ཉམས་སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་ནི། ཅིག་ཤོས་ཀྱང་། མཉན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཅེས་  
 པ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། མཉན་བྱ་ངག་གི་རོ་ཉམས་ཏེ་  
 དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་གནས་དང་། ཉམས་གནས་ཅན་གྱི་  
 བྱེད་པར། རྒྱ་མ་འཕེལ་བ་ལས་སྤྱི་མ་འབྱུང་བ་དང་།

ལུ་ས་དང་དག་གི་རོ་མཉམ་བཞུ་བྱ་དང་མཉམ་བྱའི་  
 བྱད་པར་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལས་འདིར་སྐབས་དོན་  
 མཉམ་བྱའི་རོ་ཉམས་ཉིད་ཡིན་པ་སོགས་ནི་འདིར་  
 བཤད་པས་རིགས་བསྐྱེས་ཏེ་དྲག་ཤལ་དང་དཔལ་བ་  
 སོགས་ཉམས་གཞན་བདུན་པོ་ལའང་སྒྱུར་གྱིས་པར་  
 བྱོ། །

དེ་ལས་སྒྲིག་པའི་ཉམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 ཀླ་མ་རྟེ་རྒྱར། རྫོགས་ལྡངས་སྒྱུད་དང་བསྐྱེ་བ་  
 ཞེས། རྫོགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད། ཁེས་དང་། རྫོང་  
 རིང་ཁང་བཟང་སྒྱུད་མོས་ཚལ། རྒྱན་དང་ཕྱེང་བ་  
 ཅ་རྒྱན་སོགས། རྫོགས་ལྡངས་སྒྱུད་པའི་རྣམ་སྒྱུད་  
 དེ། རྒྱང་ཡང་གཞན་དུ་རོལ་བདག་ཉིད། ཁེས་འབྱུང་  
 བ་དང་། གཞན་ཡང་། ལྡངས་སྒྱུད་དང་ནི་ཉིད་མོ་  
 ཉི། རྫོགས་པ་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་འདོད། ཁེས་པའི་ཉིད་མོ་



རི་མཐོང་ན་དགའ་བའི་འབྱོར་པ་སྟེ་ཉམས་སྦྱོང་པར་  
 བྱེད་པའོ། །དེ་ཡང་རིག་གཏེར་ལས། སྒྲིག་པ་ལྷན་ངག་  
 ཆ་ལྷགས་དང་། །ཡུལ་སོགས་མཛེས་པའི་བྱེད་པར་  
 ཡིན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་སྒྲིག་པ་ལྷན་ངག་  
 གི་རྣམ་འགྱུར་མཛེས་པའི་བྱེད་པར་དང་། བྱིའི་སྒྲིག་པ་  
 གྲོང་དང་སྦྱོང་མོས་ཆལ་དང་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་  
 དང་ཆུ་དང་སྒྲིན་དང་རི་བོ་དང་སྒྲིན་སྒྲོངས་དང་བདེ་  
 བའི་ཐང་དང་བྱ་དང་རི་དྲགས་ལ་སོགས་པ་དང་། རྒྱན་  
 དང་གོས་དང་སོ་ཅི་དང་སྒྲིག་ཅི་ལ་སོགས་པའི་ལོངས་  
 སྦྱོང་དང་། སོས་ཀའི་ལྷང་དང་ཉི་ཟླ་སྒྲོན་མེ་ལ་སོགས་  
 པའོ། །གཞན་ཡང་ཆོས་དང་དོན་དང་འདོད་པའི་སྟེ་  
 གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་སྒྲིག་པ་ཡང་རྣམ་པ་གསུམ་སྟེ།  
 དཀའ་ཐུབ་དང་བརྟུལ་ཞུགས་ལ་སོགས་པས་བསྐྱབ་པ་  
 བདག་ལ་ཕན་པའི་རྒྱ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་སྟེ་དཔེར་ན་  
 བྲམ་ཟེ་རྣམས་ཟས་ཀྱིས་དགའ་བར་བྱེད་པ་ལ་སོགས་

པའོ། །རང་གི་ཕྱོགས་ལ་བདག་ཉིད་ཀྱིས་ཕན་པར་བྱེད་  
 པ་འཆར་བྱེད་ཀྱིས་པར་ཅན་བག་མར་སྒངས་པ་ལྟ་བུ་  
 བྱི་དོན་གྱི་སྒྲིག་པ་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནོར་སྦྱོན་མ་བག་  
 མར་སྒངས་པ་ལྟ་བུ་བྱི་འདོད་པའི་སྒྲིག་པའོ། །འོན་ཀྱང་  
 སྐབས་འདིའི་བརྗོད་བྱར་འོས་པའི་སྒྲིག་ཉམས་ནི་  
 ལོངས་སྤྱོད་ཀྱི་འབྱོར་པ་དང་། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱད་  
 མེད་ཀྱི་འབྱོར་པ་སྟེ། འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོམས། སྦྱོས་པར་  
 བྱད་མེད་བྱད་མེད་ལ། སྦྱོས་ལྡན་སོ་སོར་དགའ་བ་  
 གང་། །དེ་ནི་སྒྲིག་པ་ཞེས་གྲགས་ཏེ། །དགའ་མར་ཆེ་བ་  
 སོགས་ཀྱི་སྒྱུ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལ་ཡང་བསྐྱུ་བ་དང་  
 རྗོགས་པར་ལོངས་སྤྱོད་པའི་སྒྲིག་ཉམས་གཉིས་སུ་  
 བཤད།

དེ་ལས་བསྐྱུ་བ་ནི་དུས་བཏབ་པའི་སར་མ་ཚོགས་པ་སྟེ།  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་དེ་གསལ་བར་རྗོགས་པར་བྱེད་པའི་

མངོན་ཚུལ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། བསྐྱ་བའི་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་  
 ནི། །མངོན་པར་འདོད་དང་དེ་བཞིན་སེམས། །དེ་དྲན་  
 བ་དང་སྒྲིག་པར་བྱེད། །སྒྲི་དང་འཆར་པར་སྒྲི་བ་  
 དང་། །སྒྲི་བ་དང་ནི་གཟེར་བ་ཉིད། །སྒྲིན་པ་ཉིད་དང་  
 འཆི་བ་སྟེ། །དྲན་པའི་བདག་ཉིད་གནས་སྐབས་  
 བཅུ། །ཞེས་པ་རྣམས་དང་། །རྗེས་པར་ལོངས་སྤྱོད་པ་  
 རྟོགས་པར་བྱེད་པའི་མངོན་ཚུལ་ནི་ཅེ་དགའ་ཞེས་བྱ་  
 བའི་རྗེས་སུ་ཤེས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་། དེ་ཡི་ལྟ་དང་རྗེ་མ་  
 སྤྱོད། །འཇུག་དང་རྣམ་པར་འཕྱལ་བ་བཞི། །སྒྲ་ཚགས་  
 ཡན་ལག་སྤྱོད་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་སྒྲ་། །རྗེས་སུ་ཤེས་པར་རབ་ཏུ་  
 གྲགས། །ཞེས་པ་རྣམས་ཏེ་ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤར། །ཡིད་ཉམས་  
 རིག་བྱེད་རྗེས་ཤེས་སོ། །ཞེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུ་བྱེད་  
 མེད་ཀྱི་ཡུལ་ལས་བྱུང་བའི་སྒྲིག་ཉམས་ཀྱི་བྱུང་པར་  
 གང་ཡང་རུང་བ་བརྗོད་བྱར་བྱས་ནས་སྤྱོད་བ་ནི་  
 དཔེར་བརྗོད་འདིའི་སྐབས་དོན་ཏེ། དེས་སྒར་བསྟན་པ་

དགའ་བའི་རྒྱ་ལས་འདིའི་བྱང་པར་མི་འདྲ་བའང་  
རྟོགས་པར་འགྱུར་ཞིང་། འདི་ནི་སྒྲིག་པའི་རོ་ཉམས་  
མངོན་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་གཟུགས་  
གྱི་བྱང་པར་རྣམ་པ་མང་པོ་དང་ལྡན་པས་ན་ཉམས་  
དང་ལྡན་པའི་ཆོག་གོ།

དཔེར་བཞིན་པ་གཞན་ཡང་སྤང་པོ་ཅན་གྱི་རྟོགས་པ་  
བཞིན་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། རྩ་མ་མངོན་དགའ་སྤང་  
ཆེན་མོས་བུམ་མཐོ། །ག་ཤར་དོ་ཤལ་འོད་ཟེར་རྩེ་དགའ་  
དགོད། །དར་ལ་བབས་པའི་ན་རྩུང་འབྱོར་བ་  
ཡང་། །བསོད་ནམས་བྱས་པ་རྣམས་ལ་དགའ་སྟེར་  
ཡིན། །ཅེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་རྒྱལ་པོ་ལྷ་ད་ཡ་  
ན་དང་བཙུན་མོ་ཨ་བརྟེའི་ལོ་རྒྱུས་འདི་ནི་སྤར་གྱི་བྱུང་  
བ་བཞིན་པའི་གཏམ་དཔེར་བཞིན་དུ་བཞག་པ་ཡིན་གྱི་  
སྒྲི་བཏགས་ཅམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

༢ ཁྱོ་བ་འཕེལ་བ་དྲག་ཤུལ་གྱི་ཉམས།

གཉིས་པ་ཁྱོ་བ་འཕེལ་བ་དྲག་ཤུལ་གྱི་ཉམས་ནི།

གང་གི་ནག་མོ་བདག་མདུན་ནས། །

སྐྱ་ནས་བབྱང་སྟེ་དྲངས་གྱུར་པ། །

བསྟན་དཀའ་ཕྱིག་ཅན་ཐོབ་པ་འདི། །

སྐད་ཅིག་འཆོ་བར་འགྱུར་རམ་ཅི། །

གང་གིས་ཏེ་བསྟན་དཀའ་འཇིགས་སྟེའི་ཆུང་མ་ནག་མོ་  
བདག་མདུན་ཏེ་སྟོན་སུ་རང་ཉིད་ཀྱི་མདུན་ན་གནས་  
བཞིན་པ་དེ་སྐྱ་ནས་བབྱང་སྟེ་དྲངས་ཤིང་བྱུང་པར་  
གྱུར་པའི་ཕྱིག་ཅན་ནམ་ཉིས་པ་ཅན་བསྟན་དཀའ་  
འཇིགས་སྟེ་བདག་གི་ལག་ཏུ་ཐོབ་པ་འདི་ད་ནི་སྐད་  
ཅིག་ཅམ་ཡང་འཆོ་བར་འགྱུར་རམ་ཅི་སྟེ་ད་ཉྟ་བསད་  
པར་བྱ་བས་སོ། །འདི་ཡང་སྟོན་གྱི་བྱུང་བ་བརྗོད་པ་

ཡིན། འདི་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཆེས་ཆེ་བ་ཡོད། དུམ་ཕུ་ས་ན་སྟེ་  
བསྟན་དཀའ་འཛིགས་སྟེ་སྟོང་ས་བསད་པ་ཡིན་པས།  
དེ་ཉིད་གསོད་ཁ་མའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འཛིགས་སྟེ་ཆེར་  
སྟོང་པའི་ཆོག་ཡིན་པ་ལྟར་དུ་སྟན་དག་མཐན་གྱིས་  
སྟར་བའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཅས་པ་འཛིགས་སྟེ་དག་དག་ལ། །

སྟ་བའི་སྟོང་བ་མཆོག་གི་མཐར། །

འཛིགས་པ་དྲག་པོའི་བདག་ཉིད་གྱུར། །

འདི་ནི་རོ་དང་ལྷན་པའི་ཆོག །

ཅས་དཔེར་བཅོམ་པ་དེ་བཞིན་དུ་བཅོམ་པའི་རྣམ་པས་  
རྒྱལ་པོ་སྟེ་བསེང་གི་བྱ་ལྷའི་ཡ་གྱལ་འཛིགས་སྟེ་དེ་ཉིད་  
རང་གི་དག་པོ་བསྟན་དཀའ་ལ་སྟོང་པའི་ཆོག་གིས་

བཟླ་བཞིན་དུ་དེ་སྐད་བརྗོད་ནས་ཁྱོ་བའི་འགྱུར་བ་  
 འཕེལ་བ་མཆོག་གི་མཐར་འཛོགས་ཏེ་རྗེས་སུ་འགྱུར་  
 བས་གསལ་བར་གྱུར་པ་དྲག་པོའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་  
 དུ་གྱུར་པ་འདི་རོ་སྟེ། སྤྱང་བྱ་དྲག་པོའི་ཉམས་དང་ལྡན་  
 པའི་བརྗོད་པའོ། །འདི་ལ་ཡང་ཡིད་ཀྱི་ཁྱོ་བ་ཅམ་ནི་  
 བསམ་པའམ་འགྱུར་བ་དང་། དེ་འཕེལ་བའི་ཉམས་ནི་  
 དྲག་ཤུལ་ཏེ། འགྲེལ་པ་འདོད་འཛོར། ཁྱོ་བ་ཉེ་བར་  
 འཕེལ་བའི་བདག་ཉིད་ནི་དྲག་ཤུལ་ཏེ། མཆོན་ཆ་ངག་  
 ལུས་བྱ་བ་ཡིས། །དྲག་ཤུལ་ལས་བྱེད་བདག་ཉིད་  
 སྟེས། །རབ་དྲེགས་མི་རྣམས་པལ་ཆེར་གྱི། །འཐབ་མའི་  
 རྒྱ་བྱེད་དྲག་ཤུལ་ལོ། །ཐམས་ཅད་སྟོད་དང་འཇུངས་པ་  
 དང་། །བསམ་པ་དང་ནི་སྤྱི་བརྟོལ་དང་། །གཞོན་པ་རྩྱན་  
 དང་གཏམ་སྟོད་དང་། །ཆོག་རྩལ་ཁྱོ་བ་སོགས་ལས་  
 འབྱུང་། །ཞིས་པ་སྟེ། འདི་ལ་ཡང་སངས་རྒྱས་པའི་གྲུབ་  
 མཐའ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་བསྟན་ན། ཉོན་མོངས་

ཉམས་སྦྱང་རྩྭ་ནས་བཏོན། །ཞེས་པ་རྩ་བའི་སྒྲིབ་  
 གཉིས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་རྩྭ་ནས་གཙོད་པ་  
 དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བདུད་བརྒྱལ་བ་དང་། རྒྱལ་ན་  
 རྩི་རྩེས་དྲག་པོ་བརྒྱལ་བ་ལ་སོགས་པ་ཆོས་དང་མཐུན་  
 པའི་དྲག་ཤུལ་དང་། ས་རོལ་གཞོན་པའི་སྒྲོ་ནས་ལྷས་  
 ངག་ཡིད་རྣམ་པར་འབྱུགས་པའི་ཞེ་སྤང་གི་དགྲ་བོ་  
 འདུལ་བ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་དྲག་ཤུལ་ལ། །དེ་བས་  
 གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་ནི་བྱེ་མ་ཡིན་ལ། །ཁྱོ་གཉེར་དང་  
 སྤང་མེག་ལ་སོགས་པ་ནི་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཏེ། ཀླ་  
 ཤིའི་མཛེས་དགའི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ།  
 དེ་མཐོང་ཉིད་ཀྱིས་ལག་འགྲོ་ནི། །དབྱུགས་སྒྲོད་ཕྱག་  
 དོག་དུག་གིས་འབྱུགས། །ཏ་ལ་ཏ་ལ་བཞིན་དུ་ནི། །རབ་  
 དྲག་ཆོག་གི་ཚུལ་གྱིས་སྦྱོས། །ཞེས་པ་ཡང་ངོ་། །



སྐབས་འདིར་འགྲེལ་པ་བྱར་གིང་དུ། ལུངས་མ་སྒྲིམ་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུས་པ་ཞིག་བཀོད་ནས། གྲིཛ་སྟེ་ནག་མོ་  
 ཞེས་པ་འཇིགས་སྒྲེའི་རྒྱུང་མ་ཡིན་པ་བཀག་ཅིང་། སྐྱེད་  
 བྱེད་ཀྱི་མ་ཡིན་པར་བསྐྱབས་ནས་སྐྱར་བའི་འགལ་བ་  
 དང་། ཡོངས་འཕྲོག་གི་གཤམ་ཆོག་དང་། ལུང་དང་  
 འགལ་བའི་དམིགས་བསལ་རྣམས་ལའང་དེ་བཞིན་དུ་  
 ཤེས་དགོས་པར་འཆད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། ནག་མོའི་  
 སྐད་དོད་གྲིཛ་ཞེས་ཡོད་པས། དེ་ནི་སྐྱེད་བསེང་བྱ་ལྟེ་  
 རྒྱུང་མ་དྲི་པ་དྲི་ཞེས་པའི་མིང་ཡིན་པར་རྒྱ་འགྲེལ་  
 གཉིས་ཀ་ནས་བཤད་པས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གནས་མེད་  
 ཅིང་། །མངོན་བརྗོད་བེ་ཤུ་སྒྲིགས་ལས་ཀྱང་། གྲིཛ་ཞེས་  
 པ་དྲི་པ་དྲི་དང་སྒྲོང་བྱ་སྒྲིགས་ལ་འཇུག་པར་བཤད་པ་  
 ལས། སྐྱེད་བསེང་གི་མ་དང་བྱེད་མེད་ལ་འཇུག་པར་  
 བཤད་པ་མ་མཐོང་ཞེས་རྗེ་པཎ་ཆེན་རྣམ་ཀུ་རའི་ཞལ་

ལས་དངོས་ཀྱིས་ཐོས་པས་ལོ་རྒྱུས་དེ་ལ་ཚད་མར་  
འཛིན་པར་མི་བྱུངོ། །

३ སྒྲོ་བ་འཕེལ་བ་དཔའ་བའི་ཉམས།

གསུམ་པ་སྟོན་བ་འཕེལ་བ་དཔའ་བའི་ཉམས་ནི།

མཆོར་བཅས་ས་ལས་མ་རྒྱལ་ཞིང་། །

རྣམ་པང་མཆོད་སྤྱོན་མ་བྱས་ལ། །

སྒྲོང་ལ་རྟོར་རྒྱམས་མ་བྱེན་པར། །

མ་སྒྲོང་དུ་བདག་ཇི་སྟར་འགྱུར། །

གྱུ་མཚོ་བཞི་དང་བཅས་པའི་ས་གཞི་ལས་དཔུང་གི་  
 ལྷོ་བས་ཀྱིས་མ་གྱལ་ཞིང་། གྱལ་པོའི་རྒྱ་བ་བྱེད་རྒྱ་ཇོ་སྒྲ་  
 ཡ་དང་རྟ་གཙང་ལ་སོགས་པའི་མཚོད་སྤྱིན་རྣམས་པ་  
 མང་པོ་ཡང་མ་བྱས། སྤྱོད་བ་རྣམས་ལ་འོར་ཇི་ལྟར་

འདོད་པ་ཡང་མ་བྱིན་པར་སྒྲོ་བྱར་དུ་སའི་བདག་པོར་  
བདག་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། འདི་འདྲ་བ་ཅང་སྲིད་དམ་  
ཞེས་རང་ཉིད་ཁོ་ན་དཔའ་ཞིང་ཕ་རོལ་རྣམ་པར་  
གཞོན་པའི་རྒྱས་མཐུ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་  
རྒྱལ་པོར་གྱུར་པ་ལ་གྱིན་དུ་སྒྲོ་བས་བརྗོད་པའི་ཆོག་གོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་སྒྲོ་བ་བྱུང་འཕགས་བདག།

དཔའ་བའི་ཉམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་གནས།།

ཉམས་ལྡན་ཉིད་དུ་རྒྱས་པ་ལ།།

ཆོག་འདི་དག་ནི་དབང་བ་ཡིན།།

ཞེས་པ་བློ་བ་ཞེས་པའི་འགྱུར་བ་བྱུང་པར་ཅན་མངོན་

པར་གསལ་བའི་བདག་ཉིད་དཔའ་བའི་ཉམས་ཀྱི་

བདག་ཉིད་དུ་གནས་ཏེ་ཉམས་དང་ལྡན་པ་ཉིད་དུ་

རྟོགས་རྒྱས་པ་ལ་ཆོག་འདི་དབང་བ་ཡིན་ནི་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏེ། འགྲེལ་བ་འདོད་འཛིན། སྤྱོད་པའི་བདག་ཉིད་  
 ཅན་ནི་དཔའ་བོ་སྟེ། །དེའི་བེ་སྒྲ་བ་ནི། འདུལ་བ་དང་  
 གཟེ་བརྗེད་དང་སྟོབས་དང་རྩལ་རྣམས་སོ། །དེ་ཡང་  
 འདི་ལྟར་སྦྱོན་པ་ལ་དཔའ་བ་དང་། ཆོས་ལ་དཔའ་བ་  
 དང་གཡུལ་ལ་དཔའ་བ་ཞེས་རྣམ་པ་གསུམ་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་སྦྱོན་པ་ནི། གཏན་པ་མེད་པའི་མཆོད་  
 སྦྱོན་ལྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་རྩལ་བྱིམས་དང་། དཀའ་  
 ཐུབ་ལ་སོགས་པ་ལ་འཛིགས་པ་མེད་པར་སྦྱོད་རྒྱས་པ་  
 ཆོས་ཀྱི་དཔའ་བ་དང་། གཡུལ་ངོར་དབྱ་དང་གཞན་  
 ཡང་གཅན་ཟན་དང་གཞོད་སྦྱོན་ལ་སོགས་པ་ལ་  
 འཛིགས་པ་མེད་པ་ནི་འཛིག་ཏེན་གྱི་དཔའ་བའོ། །འོན་  
 ཀྱང་དཔེར་བརྗེད་པ་འདིས་ནི། སྤྱོད་པ་འཕེལ་བའི་  
 དཔའ་བ་ཉིད་གཙོ་བོར་སྦྱོན་པ་སྟེ། འདི་གཞུང་གི་རྒྱ་  
 དཔེར་བློ་ར་ཞེས་འབྱུང་བའང་། ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤར། སྤྱོད་པ་

འཕེལ་བ་དཔའ་བ་ཡིན། །ཅེས་དང་། འདོད་འཇོམ། སྒྲོ་  
 བ་འཕེལ་བས་འབད་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། བླེ་རུང་དཔའ་  
 བ་སྟེ་བྱུ་ར་དང་བླེ་ར་རྣམ་པར་གཞོན་པ་ལའོ་ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ཉིད་དོ། །ཤེས་བྱེད་ནི། སྤྲེད་པས་དག་པ་ལ་  
 སོགས་དང་། །གཏོང་དང་མི་འཇིགས་སོགས་དེ་  
 བཞིན། །བརྟན་དང་སྒྲོག་མེད་ལ་སོགས་པས། །དཔའ་བ་  
 མངོན་པར་ཏྟགས་བྱེད་འགྱུར། །ཅེས་འབྱུང་བ་ལྟར་རོ། །  
 དཔེར་བརྗོད་པ་གཞན་ཡང་འཕགས་སྦྱེས་པའི་ཏྟགས་  
 བ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། བདག་གི་དཔྱང་སྤྲེལ་  
 འདི་གཉིས་ནི། །མཐར་བྱེད་ཏྟ་བབས་ཀ་བ་དེ། །བྱུ་  
 རྣམས་ནི་མ་ལུས་པ། །གསོད་པ་གདམས་བྱེད་སྒྲ་མར་  
 གྱུར། །ཅེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༤ ཟུང་ན་འཕེལ་བ་སྟོང་རྗེའི་ཉམས།

བཞི་པ་ཟུང་ན་འཕེལ་བ་སྟོང་རྗེའི་ཉམས་ནི།

ལྷ་ས་འཇམ་གང་ལ་པར་ཡི། །

མལ་སྟན་དག་ཀྱང་རྩལ་བྱེད་མ། །

སྟོ་མོ་དེ་ནི་རོ་ཁང་དག། །

བསྐྱེད་ཟ་སྟན་པར་ཇི་སྟར་ཉལ། །

ལྷ་ས་འཇམ་ཞིང་གཞོན་ཤ་ཅན་གང་ལ་པར་ཡི་མལ་སྟན་  
ཤིན་ཏུ་འཇམ་པ་ཉིད་ཀྱང་རྩལ་པར་བྱེད་ན་གཞན་རེ་  
སྟེ་སྟགས་སྟ་ཅི་སྟོས། དེ་སྟ་བུའི་སྟོ་མོ་སྟེ་རྒྱལ་པོའི་  
བཅུན་མོ་ཤིན་ཏུ་གཞོན་ཤ་ཅན་དེ་ནི་རོ་ཁང་རོ་བསྐྱེད་  
པའི་ཐབ་བསྐྱེད་བྱ་བ་ལ་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བའི་ནང་ཏུ་  
གསོན་པོར་ཇི་སྟར་ཉལ་ཏེ་ཇི་སྟར་བཟོད་པར་བྱས། གྱི་  
ཏུད་བསྐྱེད་ས་སོ་སྟས་བསྟོས་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་སྟར་ཕོངས་  
པར་བྱས་སོ་ཞེས་རྒྱལ་པོ་ཤི་བ་ན་དེའི་རོ་དང་སྟན་ཅིག་  
བཅུན་མོ་བསྐྱེད་པའི་ཆོ་སྟངས་ཇི་ཅན་འགའ་ཞིག་གིས་

སྒྲུལ་པ་ལྟར་བྱས་ནས་སྒྱུར་བ་སྟེ། འདི་ལ་འབྲེལ་པ་མང་  
 བོ་ཞིག་ན་རྒྱལ་པོ་ཤི་བའི་རོ་དང་སྟན་ཅིག་བཙུན་མོ་  
 བསྐྱེད་པ་སྟོན་རབས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷགས་ལ་ཡོད་  
 བས་ཞེས་འབྲེལ་པ་ནི་མི་ལྷགས་ཏེ། དེང་སང་ཡང་རྒྱ་  
 བལ་གྱི་ཡུལ་དུ་འདི་ལྟར་བྱེད་བཞིན་པའི་ལྷགས་སྟོན་  
 ཡོད། དེ་ཡང་བལ་པོར་ནི་བྱམ་ཟེ་དང་རྒྱལ་རིགས་ཏེ་  
 རིགས་མཆོག་གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཐོག་མར་བག་མ་ལེན་  
 པའི་དུས་ནས་དེ་བཞིན་བྱེད་བྱུང་བའི་ཁ་ཆད་ཡོད་ན་  
 དགོས་ལ་མེད་ན་མི་དགོས་པའི་བྱེད་པར་ཅམ་ཡོད། རྒྱ་  
 གར་ན་ནི་བྱམ་ཟེ་དང་རྒྱལ་རིགས་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་ངེས་  
 པར་དགོས་པ་ཡིན་ཅེས་ཐོས་སོ། །པརྒྱའི་མལ་སྟན་རྩལ་  
 པར་བྱེད་པའི་གོ་དོན་ཡང་འབྲེལ་པ་ལ་ལར། །བཙུན་མོ་  
 དེ་དང་སྟན་ཅིག་ཏུ་ཉལ་བའི་ལུས་ཀྱི་རིག་བྱ་ལ་སྟོན་ན་  
 པརྒྱའི་མལ་སྟན་ཡང་རྩལ་པར་བྱེད་པ་ཞེས་འབྲེལ་པ་

ནི། ལུས་འཇམ་གང་ལ་ཞེས་པ་དང་སྒྲེལ་བ་ཁོ་ནས་ཀྱང་

མི་འཐད་པར་གོ་བྱས་སོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་སྒྲིང་རྗེ་རྒྱས་པ་ཡི། །

རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་རབ་དུ་བཤད། །

ཅས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་སྒྲིང་རྗེ་བྱ་བར་འོས་པ་ཟུང་ན་ཞེས་

པའི་འགྱུར་བ་རྒྱས་ཏེ་གསལ་བར་གྱུར་པ་སྒྲིང་རྗེའི་

ཉམས་ཡིན་པས་སྒྲན་ངག་གི་རྒྱན་དུ་བཤད་པ་སྟེ།

འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར། ཟུང་ན་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་

ནི་སྒྲིང་རྗེ་སྟེ། འདོད་པའི་ཁོར་ཉམས་ལྷུང་བ་

དང་། །གསོད་དང་འཆིང་དང་བརྟེན་པ་དང་། །སྒྲོད་པ་

ཉོན་མོངས་གདུང་སོགས་ཀྱིས། །བསྐྱེད་པའི་ཉམས་གང་

སྒྲིང་རྗེའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར། ལོག་པར་ལྷུང་བ་ངན་



སོང་གསུམ་དང་། མགོན་མེད་པ་དང་ནད་པ་དང་ཟུ་  
 ངན་ཅན་དང་། བཀྲེས་པ་ཕོངས་པ་གཞན་གྱིས་མནར་  
 བ། རྒྱས་པ་རྒྱད་པ་འཆི་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྙིང་བརྩེ་བ་  
 རི་དམན་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་སྦྱོད་པ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཐོས་ནས་སེམས་མི་བཟོད་  
 ཅིང་སྦྱ་ལྷང་མཆི་མ་གཡོ་ངོ་མཚར་ཞིང་བརྩེ་བ་སྦྱེ་བ་ནི་  
 མཆོག་ལ་སྦྱེ་བའི་སྙིང་རྩེའོ། །རྩེས་སུ་ཤེས་པ་ནི། མཆི་  
 འཛིག་ཤུགས་རིང་བརྩོད་པ་འབྱུལ། །ཡན་ལག་རིངས་  
 དང་བྲན་པ་ཉམས། ཟུ་ངན་སྦྱེ་སྒྲགས་འདོན་སོགས་  
 གྱིས། །མཁས་པས་དེ་ནི་མདོན་ཤེས་བྱ། །ཞེས་འབྱུང་བ་  
 རྣམས་ཏེ། སྦྱོད་འཇུག་ལས། ཟུ་ངན་ཤུགས་གྱིས་སྦྱངས་  
 པ་ཡི། །མིག་དམར་གདོང་ལ་མཆི་མ་འཛིག་ །ཉེ་དུ་རེ་  
 ཐག་ཆད་པ་དང་། །གཤེན་རྩེའི་ཕོ་ཉའི་བཞིན་ལ་  
 ལྟར། །ཞེས་པ་དང་། །གཙུག་ན་ཞོར་བུའི་རྟོགས་པ་  
 བརྩོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། རྒྱལ་པོ་ངང་པ་བདེ་བར་

གཤེགས། རྩ་མའི་དགྱིལ་འཁོར་རྣམ་པར་  
གནས། །འདྲེན་བྱེད་མཆི་མའི་དུར་སྒྲིག་ཅན། །སྒྲིང་རྩེའི་  
ས་དེ་རྣམ་གཟིགས་ནས། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཇི་ལྟར་རིགས་  
པར་སྐྱར་རོ། །

གཞན་བཞིའི་མིང་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་བརྒྱན་པ།  
གཉིས་པ་གཞན་བཞིའི་མིང་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་བརྒྱན་  
པ་ལའང་གཉིས་ལས། དང་པོ་མིང་ནི།  
དེ་བཞིན་གཞན་ཡང་མི་སྟུག་དང་། །  
བཞད་གད་མེད་བྱང་འཛིགས་རུང་ངོ་། །

ཇི་ལྟར་དགའ་བ་ལ་སོགས་པའི་འགྱུར་བ་འཕེལ་བ་  
སྒྲིག་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
འགྱུར་བ་གཞན་སྦད་པའམ་སྟུགས་བློ་བ་དང་དགོད་བློ་  
བ་དང་ངོ་མཚར་བ་དང་འཛིགས་པ་སྟེ་བཞི་འཕེལ་བ་

ཡང་རིམ་པ་བཞིན་དུ་མི་སྟུག་པ་དང་བཞད་གད་དང་  
མད་བྱང་ངམ་ངམ་པ་དང་། འཛིགས་རུང་གི་ཉམས་སུ་  
བཟོད་དོ། །

༡ སྟུགས་བློ་བ་འཕེལ་བ་མི་སྟུག་པའི་ཉམས།  
གཉིས་པ་དེ་བཞི་དཔེར་བཟོད་པ་ལས། དང་པོ་སྟུགས་  
བློ་བ་འཕེལ་བ་མི་སྟུག་པའི་ཉམས་ནི།  
རྒྱ་མས་བརྒྱན་པའི་སྤྲིན་པོ་རྣམས། །  
མགོ་མེད་རོ་དང་ལྷན་ཅིག་པར། །  
ལག་པ་སྦྱར་བས་བྱོད་དབྱའི་ཁྲག།  
འཐུངས་ཤིང་འཐུངས་ཤིང་གར་བྱེད་དོ། །

ཀྱེ་སྟེ་ཞེས་བོས་ནས་ཆེལ་བྱས་དགྲིས་པའི་རྒྱ་མ་ཁྲག་གི་  
མེ་ཏོག་གི་ཕྱིང་བ་ཅན་གྱིས་ལྷས་བརྒྱན་པའི་སྤྲིན་པོ་མི་

རོ་བ་བ་རྣམས་མགོ་བོ་མེད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་འོ་རོ་དང་  
 ལྷན་ཅིག་ཏུ་ལག་པ་སྦྱར་བས་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་བོ་ཁྱོད་ཀྱིས་  
 རལ་གྱིས་སློག་བཅད་པའི་ཁྱུག་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 འཐུངས་ཤིང་འཐུངས་ཤིང་གར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་  
 རི་སྦྱགས་བློ་བའམ་སྦྱོད་པ་འཕེལ་བ་མི་སྦྱག་པའི་  
 ཉམས་ཏེ། འགའ་ཞིག་གི་འདོད་པས་འདི་དང་ངམ་  
 པའི་ཉམས་གཉིས་རྣམ་གྲངས་སུ་འཆད་ཅིང་གཞུང་  
 བཅོས་པ་ནི་མི་འཐད་ཏེ། ལུ་ཏིག་ཕྱིང་བར། བློ་སྦྱོར་ནི་  
 སྦྱོད་སྦྱབ་དང་། །མི་སྦྱག་སོགས་དང་འཆོ་བ་ལ། །ཞེས་  
 དང་། འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར། སྦྱོད་པའི་བདག་ཉིད་ནི་  
 མི་སྦྱག་པ་སྟེ། རྣམ་གྱུར་རུལ་བའི་ཤ་ལ་སོགས། །མཐོང་  
 དང་ཐོས་དང་གྲགས་པ་ཡི། །རྣམ་སྦྱོད་རྣམས་ཀྱིས་  
 བསྦྱོད་པ་འདི། །མི་སྦྱག་པ་ཞེས་དམན་པའི་  
 གནས། །ཞེས་འཐུང་བས་སྦྱགས་བློ་བའི་འགྱུར་བ་འཕེལ་  
 བ་མི་སྦྱག་པའི་ཉམས་ཏེ་མཛོས་ཤིང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་

མི་མཐུན་ཕྱོགས། ལྷ་མི་སྤྱད་པ་རྒྱར་ཞར་སྤྱབ་པ་ཡོད་པ་  
 སོགས་དང་། ངག་མི་སྤྱད་པ་འཇར་འཇོར་སྤྱབ་སྤྱེད་ལ་  
 སོགས་པ། ཆ་ལྷགས་མི་སྤྱད་པ་ནག་འོག་དང་ཡ་ཡོ་ཅན།  
 ལྷ་མི་སྤྱད་པ་རད་རོད་དང་སྤྱོད་དུམ་དང་ཆོར་མ་  
 ཅན་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བ་བརྗོད་  
 པའི་ཆོག་གོ། ཤེས་བྱེད་ནི། ལྷ་འགོགས་པ་དང་མི་གསལ་  
 བའི། ཆོག་རྟོག་པ་དང་མི་འགྱུར་བ། གྲོགས་ལ་དགའ་  
 མེད་ལ་སོགས་པའི། མངོན་ཚུལ་དེ་ཤེས་ནམས་ཀྱིས་  
 འདོད། ཁྱིམ་པ་ནམས་ཏེ་རྩམ་པའམ་ངམ་པ་དང་ནམ་  
 གངས་སུ་འགྱུར་བར་བཤད་པའི་ཁྱངས་མེད་ཅིང་། དེ་  
 རི་མད་བྱུང་གི་ཉམས་དང་མིང་གི་ནམ་གངས་སུ་  
 འགྱུར་ཏེ་འོག་ནས་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། འདི་ཡང་  
 དཔལ་གྱི་སྤྱོད་ཏེ་གསུང་བ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ།  
 བྲག་ནི་མང་པོ་རབ་ཟགས་ཤིང་། རྒྱ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་  
 འཕྱང་བར་སྤྱན། སྤྱིག་པས་བརྟན་པར་བྱས་པ་

བཞིན། །སྤྱག་གྲང་སྤྱག་དང་མ་བཟལ་ཏེ། །ཞེས་པ་སྟ་  
བུའོ། །

༢ དགོད་བློ་བ་འཕེལ་བ་བཞད་གད་གྱི་ཉམས།  
གཉིས་པ་དགོད་བློ་བ་འཕེལ་བ་བཞད་གད་གྱི་ཉམས་  
ནི།

གྲོགས་མ་མེ་ཏྲ་མ་རྟེངས་མ། །

ཁྱོད་གྱི་རྩ་མའི་ངོས་ལ་ནི། །

སེན་རྩེས་སར་པ་ཆགས་པ་འདི། །

སྟོད་གཡོགས་གྱིས་ནི་སྦྱིབ་པར་མཛོད། །

གྱི་གྲོགས་མ་མེ་ཏྲ་མ་རྟེང་མ་ཞེས་བོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་  
སྦྱེས་པ་དང་རྩེས་པའི་ངལ་དུབ་གྱིས་ལུས་རྒྱན་དུ་  
བཏགས་པའི་མེ་ཏྲ་རྩམས་རྟེང་པར་གྱུར་པ་ལ་བཞད་

གད་ཀྱི་དོན་དུ་དེ་ལྟར་བཟོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱེས་བུ་  
 གཟུགས་ངན་འགའ་ཞིག་ལ་ཀྱེ་གཟུགས་བཟང་ཞེས་  
 འབོད་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་བོས་ནས་བྱོད་ཀྱི་རུ་མའི་  
 ངོས་ལ་སེན་རྗེས་མ་བྱའི་རྒྱུ་པ་དང་རི་བོང་འཕར་བ་  
 ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་གསར་དུ་ཆགས་པ་འདི་སྟོད་  
 གཡོགས་ཀྱིས་སྐྱབ་པར་མཛོད་ཅིག། ཅེས་བཟོད་པ་འདི་  
 ལ་སྐྱེས་པས་རྗེས་པའི་སེན་རྗེས་བྱང་བ་དང་མེ་ཏོག་གི་  
 བྱང་བ་མ་རྟོང་པ་གཉིས་འགལ་བའི་དོན་གྱིས་བསྟན་  
 པས་བཞད་གད་ཀྱི་ཉམས་རྒྱན་ཏེ། འབྲེལ་པ་འདོད་  
 འཛེར། དགའ་བ་རབ་དུ་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་ནི་  
 དགོད་པ་སྟེ། རྣམ་འགྱུར་སྤོང་བཅས་རྣམ་འགྱུར་  
 བཅས། །མཛེས་བཅོས་ཡན་ལག་མ་ཚང་མཐོང་། །འབྲེལ་  
 མེད་དེ་བཞིན་གཏམ་སྤྲོད་དང་། རྗེད་མོ་སོགས་ཀྱིས་  
 དགོད་པར་འགྱུར། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཚིག་གང་ལ་  
 གད་མོ་འབྱེན་པའི་རུས་པ་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ལུས་ངག་

དང་ཆ་ལྷགས་སོགས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་དང་། འགོ་འོངས་  
 ལ་སོགས་པའི་སྟོང་ཚུལ་གྱིས་གཞན་ལ་འབྱ་ཁིང་དགོད་  
 པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གད་མོ་འབྱེན་པ་ནི་  
 ཟུན་པོ་ངོ་ཆ་མི་ཤེས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ལས་པལ་ཆར་  
 འབྱུང་ལ། བསྐྱབ་པ་ནི་སྟན་ངག་མཁན་དང་སྒྲིམ་གར་  
 མཁན་དང་བཞད་གད་མཁན་ལ་སོགས་པ་སྐྱུངས་པའི་  
 བྱད་པར་ལས་བྱུང་བ་སྟེ་འདིར་ཡང་སྐབས་དོན་ཕྱི་མ་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་ལ་འང་ལྷན་ངག་ལས་བྱུང་བ་ནི་ནང་  
 གི་དང་། ཡུལ་དང་ཡོ་བྱད་ལས་བྱུང་བ་ནི་ཕྱིའི་ཡིན་  
 རོ། །རྗེས་སུ་ཤེས་པ་ནི། ལག་པ་རྟེན་པ་ལ་སོགས་པའོ། །

འདིའི་དཔེར་བཞིན་པ་གཞན་ཡང་། ལྟ་རྣམས་གར་  
 བྱེད་པ་ན་དབང་ཕྱུག་གི་སྐུལ་གྱི་མཆོད་ཕྱིར་ཐོགས་ས་  
 ལ་སྐྱུང་། སྐབས་དེར་ནམ་མཁའ་ལྗིང་གར་ནང་དུ་  
 ལྷགས། སྐུལ་སྐྱག་སྟེ་འབྲོས་ས་མ་རྟོེད་ནས་ཆོགས་ཀྱི་



བདག་པོ་གར་བྱེད་པའི་ན་བྱག་ཏུ་ཁྱགས། དེར་ཚྲགས་  
བདག་མ་བཟོད་དེ་མགོ་སྐྱགས། དེ་མཐོང་བས་སྟ་  
ཐམས་ཅད་བཞད་གད་བྱུང་། དེ་ལྟའི་བྱ་ཤེས་བྱོད་ལ་  
ཤོག། ཅེས་པའི་དོན་ཚྲག་སྒྲེབ་ལེགས་པའི་སྟན་ངག་ཏུ་  
སྐྱར་བ་དཔྱོད་པ་བའི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ཁྲད་ན་ཡོད་པ་  
ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། །

༣ རོ་མཚར་འཕེལ་བ་མྱད་བྱུང་ངམ་རྩམ་པའི་ཉམས།  
གསུམ་པར་རོ་མཚར་བ་འཕེལ་བ་མྱད་བྱུང་ངམ་རྩམ་  
པའི་ཉམས་ནི།

དགའ་ཚལ་སྒྲོན་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི།

འདབ་མ་གསར་པ་གོས་བཟང་དང་།

མེ་ཏྲག་དོ་ཤལ་ལ་སོགས་ཅན།

ཡལ་འདབ་ཁང་པར་གྱུར་པ་མཚར།

དགའ་བའི་ཚལ་ཏེ་སྐྱེད་མོས་ཚལ་གྱི་སྒྲོན་པ་བཟང་པོ་  
 འདི་རྣམས་གྱི་ལོ་འདབ་གསར་དུ་འབྱུངས་པ་རྣམས་  
 གོས་བཟང་པོར་གྱུར་པ་དང་། མེ་ཏོག་རྣམས་དོ་ཤལ་  
 དང་དཔུང་རྒྱན་དང་རྣ་རྒྱན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་དུ་  
 གྱུར་པ་དང་། ཡལ་འདབ་རབ་དུ་རྒྱས་པས་སྟོང་ནས་  
 ཡུབ་ཅིང་ཕྱོགས་མཚམས་བསྐྱོར་བས་ཁང་པར་གྱུར་པ་  
 ཨེ་མ་མཚར་ཏེ་སྤར་མ་མཐོང་བ་མཐོང་ངོ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཏེ། འདི་ཡང་ངོ་མཚར་བའི་བསམ་པའམ་འགྱུར་  
 བ་འཕེལ་བ་མཛད་བྱུང་ངམ་རྣམས་པའི་ཉམས་ཏེ། འབྲེལ་  
 པ་འདོད་འཇོར། ངོ་མཚར་བ་ཉེ་བར་འཕེལ་བའི་  
 བདག་ཉིད་ནི་མཛད་དུ་བྱུང་བ་སྟེ། ཁང་བཟང་སྐྱེད་ཚལ་  
 རི་བོ་སོགས། །བཀོད་དང་མཛོས་པ་མཐོང་བ་  
 དང་། །འདུན་ཁང་གཞལ་མེད་ཁང་སྐྱུ་མ། །མིག་འཕྲུལ་  
 བཅོ་སོགས་མཐོང་རྣམས་གྱིས། །ཡིད་ལ་ཆོམ་པ་ཐོབ་པ་  
 ཡི། །རྣམ་པར་སྐྱེད་ལས་དེ་རབ་བྱུང་། །ཞེས་འབྱུང་བ་

ལྟར་དང་། གཞན་ཡང་རིགས་གཟུགས་སྟོབས་ལོངས་  
 སྟོང་རྒྱལ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་ཆད་དུ་བྱུང་བ་ནི་འཇིག་  
 ཏེན་པའི་རྩམ་པ་ཡིན་ལ། སྟོ་གོས་ཡོན་ཏན་སྟོབས་པ་  
 སྤང་བ་དང་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་ཆད་དུ་བྱུང་བས་པ་  
 རོལ་བེལ་གྱིས་གཞོན་རྒྱས་པ་ཆོས་ཀྱི་རྩམ་པ་ཡིན་ལ།  
 རྩམ་སུ་ཤེས་པ་ནི། སོ་དང་མིག་ནི་ཡངས་པ་  
 དང་། །དྲངས་ཤིང་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་། །སྤྱ་ལངས་རྒྱལ་  
 དགའ་མཆི་མ་འཇོག་ལེགས་པའི་གཏམ་ཡང་བཟླ་བར་  
 བྱ། །རིངས་པ་དང་རྒྱལ་བ་དང་སྤྱ་ལངས་པ་དང་  
 དབྱངས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དང་འདར་བ་དང་བརྗོད་པ་འབྲུལ་  
 བ་དང་། མཆི་མ་འཇོག་པ་དང་། སེམས་སྟོར་བ་སྟེ་ཡིད་  
 བྱེད་ཅན་བརྒྱད་པོ་ནམས་ཀྱི་རིམ་པ་བཞིན་དུ་བྱ་བ་  
 མེད་པ་དང་། རྒྱང་འདོད་པ་དང་། བསེལ་ཉམས་སྤང་  
 བ་དང་། ཀུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་དང་། ཡན་ལག་སྤྱུགས་པ་དང་།  
 ལའི་སྟོབས་གོ་བསྟོན་པ་དང་། མིག་འབྱུང་པ་དང་། ས་

ལ་ལྷུང་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་མངོན་ཚུལ་ལོ། །དཔེར་  
བརྗོད་པ་གཞན་ཡང་རབ་གསལ་གྱིས་རྟོགས་པ་བརྗོད་  
པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། ཨེ་མ་གསར་པ་གསར་པའི་  
དཔལ། །རབ་ཏུ་ངོ་མཚར་སྤུལ་བྱེད་པ། །བསྐྱགས་འོས་  
ལས་རྣམས་འཁོར་བ་ནི། །སྤྱོད་པའི་རྒྱ་དག་ཆད་པ་  
མེད། །ཅེས་འབྲུང་བ་ལྟ་བུའོ། །

༤ འཇིགས་པ་འཕེལ་བ་འཇིགས་རུང་གི་ཉམས།  
བཞི་པ་འཇིགས་པ་འཕེལ་བ་འཇིགས་རུང་གི་ཉམས་ནི།  
ཆེ་མོ་དག་ལ་མེ་གནས་པ། །  
བརྒྱ་བྱེན་གྱི་ནི་དོ་རྩེ་གང་། །  
འདི་ནི་དྲན་ན་ལྟ་མེན་གྱི། །  
བྱད་མེད་མངལ་ནི་ལྷུང་བར་བྱེད། །

ཅེ་མོ་དག་ལ་མེའི་འཕྲིན་མ་མཆེད་ཅིང་འབར་བ་  
 གནས་པ་བརྒྱ་བྱེན་གྱི་ཕྱག་མཆོན་དོ་རྗེ་ཅེ་མོ་བརྒྱ་པ་  
 འདི་མཐོང་བ་དང་ཐོས་པས་སྟ་ཅི་སྟོས། དྲན་པ་ན་ཡང་  
 ཤེན་ཏུ་འཇིགས་ཤིང་སྒྲག་པའི་རྒྱས་སྟ་མ་ཡིན་གྱི་བྱད་  
 མེད་རྣམས་ལ་ཡོད་པའི་མངལ་གྱི་བྱིས་པ་དབང་མེད་  
 དུ་ས་ལ་སྤྱང་བར་བྱེད་དོ་ཅས་པ་སྟེ། འདི་འགའ་ཞིག་  
 གི་ཡུལ་ལ་ཕུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་ཡང་ཡིན་ནོ། །འདོད་  
 འཇོར། འཇིགས་པ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་བདག་ཉིད་ནི་  
 འཇིགས་རུང་སྟེ། གསང་མཐོ་འཇིགས་པའི་སྒྲ་སྒྲིགས་  
 སྟོན་པོ་ཡི་དྲགས་སོགས་མཐོང་དང་། ཁྱིམ་དང་འདུན་  
 ཁང་སྟོང་པ་འབྲོག་དགོན་གསོད་དང་འཆིང་བ་  
 མཐོང་། །ལན་ཅིག་མིན་པར་འཇིགས་སྒྱུ་ལྷེ་སྤྱང་ཁྱག་པ་  
 སྒྲ་འབྱེན་སོགས། །རྣམ་སྦྱེད་ཀྱིས་བསྦྱེད་དམན་དང་  
 བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱི་འཇིགས་བདག་ཉིད། །ཅས་འབྱུང་  
 བ་ལྟར། གཞོད་སྦྱོར་དང་སྟོན་པོའི་ཆ་ལྷགས་དང་། མེད་

སྤང་ཆེན་སྟག་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོང་ཚུལ་འཛིགས་སུ་རུང་  
 བ་དང་། གཡང་ས་དང་འབྲོག་སྦྱང་དང་ནགས་  
 འཐེབས་པོ་དང་ཆུ་རྒྱང་མེ་ཆེན་འཛིགས་པའི་དུས་ཀྱི་  
 རྒྱང་ལ་སོགས་པ་འཛིགས་ཤིང་སྦྱི་གཡའ་བ་རྣམས་ནི་  
 འཛིག་རྟེན་པ་དང་། ཐམས་ཅད་སྦྱོལ་གྱིས་བྱ་དང་བྱ་མོ་  
 དང་། ཤི་པི་བའི་རྒྱལ་པོས་མིག་དང་། བྱམས་པའི་  
 སྟོབས་ཀྱིས་ཤ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལྷ་འོད་ཀྱིས་མགོ་དང་།  
 གསེར་མདོག་གིས་ལུས་ཀྱི་སྦྱང་སྦྱང་བཅད་ནས་སྦྱིན་པ་  
 བཏང་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་བྲིམས་ལ་སོགས་  
 པ་གཞན་ཡང་གཞན་གྱིས་སྦྱང་པར་དཀའ་བ་སྟོའི་ཡུལ་  
 ལས་འདས་པ། སྦྱི་བྱང་ཞེས་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་  
 འཛིགས་སུ་རུང་བ་སྟེ། མདོར་ན་སྟག་ཅིང་བག་འཁུམ་  
 པར་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ལའང་  
 ཡོད་མོད་ཀྱི་གཙོ་བོར་ལུས་ངག་གི་རྣམ་འགྱུར་ཡུལ་དུ་  
 བྱང་བ་ཉིད་ཡིན་ཅིང་། ཤེས་བྱེད་ནི། ལག་པ་རྒྱང་པ་

བཞིན་འདར་ཅིང་། །ལྷས་རེངས་སྒྲིང་ནི་རབ་གཡོ་  
དང་། །མཚུ་དང་རྟན་དང་མགྲིན་པ་སྐམ། །རྟག་ཏུ་  
འཛིགས་རུང་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་པ་རྣམས་སོ། །འདི་ལྟ་  
བྱ་ཡང་ཞོར་བཟང་གི་རྟགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་  
ཏུ། །ཁྱོ་བོ་སྐར་ར་སྐྱོན་མ་སེར། །བལྟ་བྱེད་སེར་སྐྱ་སྒྲོག་ལྟ་  
བྱ། །དུས་མིན་དུས་དང་མཚུངས་པ་ཡི། །སྐྱུག་པ་འདི་ནི་  
ག་ལས་འོངས། །ཞེས་པའོ། །

ཞར་བྱུང་སྟན་པའི་ཉམས་ལས་བྱུང་པར་གྱི་དབྱེ་བ།  
གཉིས་པ་སྟན་པའི་ཉམས་ལས། བྱུང་པར་དབྱེ་བ་ནི།

སྟན་པ་གྲོང་པ་ཉིད་མིན་སྐྱེས། །

བརྗོད་བྱ་ཡི་ནི་ཉམས་དང་བསྟན། །

འདི་ནི་ཉམས་བརྒྱད་དབང་བྱས་ཏེ། །

ཆོག་རྣམས་ཉམས་དང་ལྡན་པར་བཤད། །

ཉམས་ལྷན་འདི་སྤར་སྟན་པའི་སྐབས་སུ་བསྟན་ཟེན་  
 པའི་ཕྱིར་སྤར་ཡང་བཟོད་པས་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། ལེའུ་དང་  
 པོའི་ཡོན་ཏན་བཞི་པ་ལ་བཤད་པ་ནི། གྲོང་པ་མེན་པ་  
 ཚོགས་པར་དབྱུང་བྱ་ལས་སྐྱེས་པ་སྟན་ངག་གི་བཟོད་  
 བྱའི་དོན་རི་སྟོད་པ་མ་ལུས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྫོང་  
 བྱེད་སྐྱེའི་སྟན་པའི་ཉམས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་  
 ཉམས་བསྟན་པོ་ཁོ་ན་བཟོད་བྱར་བྱས་པས་སྐྱེ་དང་བྱེ་  
 བྲག་གི་བྱུང་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྤར་ཡང་བསྟན་པ་སྟེ།  
 འདི་ལའང་སྐྱེར་རིན་ཆེན་མཛོད་ལས། སྐྱེག་པ་དཔའ་  
 བ་མི་སྐྱེག་པ། །དྲག་ཤུལ་དགོད་དང་འཇིགས་སུ་  
 ཅུང་། །སྟོང་རྩེ་རྩམ་དང་ཞི་བ་སྟེ། །འདི་རྣམས་གར་གྱི་  
 ཉམས་དགུའོ། །ཞེས་དགུར་བཤད་པ་དང་། ར་སྟ་སས།  
 སྐྱེག་དང་དཔའ་དང་མི་སྐྱེག་དང་། །དྲག་ཤུལ་དགོད་  
 དང་འཇིགས་སུ་ཅུང་། །སྟོང་རྩེ་མད་བྱུང་ཞི་བ་  
 དང་། །མཉེས་གཤིན་པ་སྟེ་ཉམས་བསྟན་པོ་ཁོ་ན་ཞེས་པ་དང་།



ལུང་གཞན་དུ། སྒྲིག་པའི་རྩེས་སོང་དགོད་པ་སྟེ། འདྲག་  
 རྒྱལ་ལས་ལས་སྒྲིག་སྟེང་རྩེ། འདཔའ་ལས་སྒྲིག་པ་མེད་  
 བྱུང་སྟེ། ཁྱི་སྒྲིག་པ་ལས་འཛིགས་བྱུང་ངོ་། ཁྱིས་ཉམས་  
 བཞིར་བསྐྱས་པ་སོགས་སྒྲིག་མོགས་ཡོད་ཀྱང་གཞུང་འདི་  
 ཉིད་ལས་ཉམས་བརྒྱད་དུ་བཤད་པ་ནི། ལུང་ལས།  
 དགའ་དང་ཆགས་དང་མུ་དན་དང་། ཁྱོ་དང་སྒྲོ་དང་  
 འཛིགས་དེ་བཞིན། སྒྲིག་པ་དང་ནི་ངོ་མཆར་  
 ཁྱིས། གནས་ཀྱི་བསམ་པར་རབ་དུ་གྲགས། གནས་ཉིད་  
 ཉམས་དང་ལྡན་པར་འགྱུར། ཁྱིས་པས་རྒྱར་གྱུར་པ་  
 གནས་ཀྱི་བསམ་པ་བརྒྱད་དུ་གྲངས་ངེས་པར་བཤད་  
 པས། དེ་རྣམས་རྒྱས་པས་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཉམས་  
 རྣམས་ཀྱང་བརྒྱད་ཉིད་དུ་གྲངས་ངེས་པར་བཞེད་པ་སྟེ།  
 དེའི་ཆེ་ཞི་བ་དང་མཉེས་གཤེན་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིག་ཉམས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་  
 བསྐྱེད། འདིས་ན་ཉམས་བརྒྱད་པོ་དེ་དང་ལྡན་པའི་སྟན་

ངག་གི་ཚིག་རྣམས་ཉམས་དང་ལྡན་པར་སྟན་པའི་  
 མཁན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་པས་དེ་བཞིན་དུ་  
 སྦྱར་བར་བྱ་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱང་སྟན་པའི་མཁན་གྱིས་  
 རབ་དུ་སྦྱོར་བའི་ཆེ་ཉམས་ཕན་ཚུན་འགལ་བས་གཅིག་  
 གིས་གཅིག་གི་རྒྱས་པ་འཛུམས་པ་མ་ཡིན་པར་ཕན་  
 ཚུན་དུ་འབྲེལ་ཞིང་ཕན་འདོགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་  
 དུ་སྦྱར་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་རྩིས་ལྟ་བུ་ཞིན། མཁས་  
 འབྲུག་ལས། སྒྲིག་པའི་རྒྱན་ལ་མི་སྦྱུག་དང་། དྲག་ཤུལ་  
 རྩམ་པའི་རྒྱན་མི་བྱ། དཔལ་བའི་རྒྱན་ལ་དགོད་པ་  
 དང་། སྟོང་རྩིས་ཞི་བའི་རྒྱན་རྣམས་སྤང་། མི་སྦྱུག་པ་ལ་  
 སྒྲིག་པ་དང་། སྟོང་རྩིས་ཞི་བའི་རྒྱན་མི་སྦྱར། དགོད་པའི་  
 རྒྱན་ལ་དྲག་ཤུལ་དང་། འཛིགས་རུང་སྟོང་རྩིས་ཞི་བ་  
 སྤང་། དྲག་ཤུལ་འཛིགས་རུང་རྣམ་གཉིས་ལའང་། དེ་  
 བཞིན་སྟོང་རྩིས་ཞི་བ་སྤང་། སྟོང་རྩིས་ཞི་བ་རྣམ་གཉིས་  
 ལ། སྒྲིག་དང་དཔལ་དགོད་དྲག་ཤུལ་དང་། འཛིགས་

རུང་རམ་པ་དྲུག་པོ་སྤང་། །རམ་པའི་རྒྱན་ལ་སྤྱིང་རྩེ་  
 དང་། །ཞི་བ་གཉིས་ནི་རྣམ་པར་སྤང་། །སྒྲིག་པའི་རྒྱན་  
 ལ་སྤྱིང་རྩེ་དང་། །རམ་དང་ཞི་བ་འཇུག་པ་སྤྱིང་། །དཔའ་  
 བའི་རྒྱན་ལ་དྲུག་ཤུལ་དང་། །འཇིགས་རུང་རམ་པའི་  
 རྒྱན་མི་འགལ། །མི་སྤྱུག་པ་ལ་དྲུག་ཤུལ་དང་། །འཇིགས་  
 རུང་སྐབས་འགར་འགལ་བ་མེད། །དགོད་པའི་རྒྱན་ལ་  
 སྒྲིག་ཅིང་དཔའ། །མི་སྤྱུག་རམ་པའི་རྒྱན་སྦྱར་  
 སྤྱིང་། །རམ་པའི་རྒྱན་ལ་སྒྲིག་ཅིང་དཔའ། །དགོད་ཅིང་  
 དྲུག་ཤུལ་འཇིགས་རུང་འཇུག །སྒྲིག་དགོད་རམ་པ་རྣམ་  
 གསུམ་ལ། །བསྐྱེདས་དང་འཕྱར་དང་བེལ་གཞོན་  
 དང་། །དཔེ་རྒྱན་སྒྲོ་བཏགས་སྒྲ་ཆོགས་པ། །རོལ་ཅིང་  
 སྒྲིག་པའི་ཆོག་རྒྱན་འཇུག །དཔའ་དྲུག་འཇིགས་རུང་  
 རྣམ་གསུམ་ལ། །ཁམས་གསུམ་བཟ་བའི་ངང་ཚུལ་  
 ཅན། །ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིགས་རུང་བ། །སྤྱ་བེད་ཞེས་ནི་  
 བྱེད་པའི་ཆོས། །རྩལ་པའི་ཆོག་རྒྱན་སྦྱར་བར་བྱ། །ཞེས་

དང་། སྒྲིང་རྩེ་ཞི་བ་རྣམ་གཉིས་ལ། སྒྲིག་ཅིང་དཔའ་བ་  
ལ་སོགས་པའི། ཁྱོེ་ག་རྒྱན་སྒྱུར་ན་གཉིས་པོ་འཇིག་ཏེ་  
ཕྱིར་བཅོས་མའི་དཔེ་རྒྱན་སྤང་། སྒྲིག་སོགས་རྣམས་ལ་  
ཞི་བའི་དཔེ། མི་འཇུག་ཞི་ལ་སྒྲིག་སོགས་བཞིན། ཏེ་  
བཞིན་པམ་ཚུན་འགལ་བའི་དཔེ། ཀྱུན་ལ་རང་གིས་  
བརྟགས་ཏེ་སྒྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའང་ཞར་བུང་  
དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དོན་རྒྱན་བརྩུ་དགུ་པ། གཟི་བརྩིང་ཅན་གྱི་རྒྱན།  
བརྩུ་དགུ་པ་གཟི་བརྩིང་ཅན་གྱི་དཔེར་བརྩིང་ནི།

བདག་ནི་གཞོད་པ་བྱེད་པོ་ཞེས། །

ཁྱོད་གྱི་སྒྲིང་ལ་འཇིགས་མ་བྱེད། །

བདག་གི་རལ་གྱི་ཕྱིར་ཕྱོགས་རྣམས། །

རྣམ་ཡང་འཇོམས་པར་འདོད་མ་ཡིན། །

བདག་ནི་ཁྱོད་གྱི་སྒྲིག་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་སྒྲིང་ལ་འཇིགས་ཤིང་སྒྲིག་པ་འཇིན་པར་མ་བྱེད་  
ཅིག་བདག་གི་སྟེ་རང་ཉིད་གྱི་རལ་གྱི་ཕྱིར་སྒྲིགས་ནས་  
བྱོས་འགྲོ་བ་ནམས་ཁོ་བོས་ནམ་ཡང་འཇོམས་པར་  
འདོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་སྒྲིས་བྱ་དྲིགས་ལྷན་འགས། །

གཡུ་ལ་དུ་གཞན་ནི་བཀག་བྱས་ཏེ། །

གཏོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །

གཟི་བཞིན་ལྷན་པར་ཤེས་པར་བྱ། །

ཞེས་པ་སྒྲིས་བྱ་དྲིགས་པས་རྒྱགས་པ་འགས་ཏེ་རིགས་  
དང་མིང་མ་བསྟན་པ་ཞིག་གིས་པ་རོལ་གྱི་དབྱ་བོ་ཚུར་  
སྒྲིལ་བྱས་པའི་དཔའ་བོ་དག་ལས་གཞན་པ་རང་ལ་

ཤིན་ཏུ་སྐྱག་ནས་འབྲོས་ཀྱང་མ་རྣམས་པར་གཡུལ་ངོར་  
 བཀག་པ་དེ་རྣམས་ལ་སྐྱེས་བུ་དྲེགས་ལྡན་དེས་བྱེད་  
 ཅག་ལྟ་བུ་བདག་གིས་རྣམ་ཡང་འཇོམས་པར་འདོད་པ་  
 མ་ཡིན་ཅོ། །ཞེས་པས་གཟེ་བརྗེད་ཀྱི་ཚིག་གི་ཉམས་དང་  
 ལྡན་པས་ཅི་བདེར་གཏོང་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་དྲེགས་པའམ་  
 ང་རྒྱལ་གྱི་ཉམས་རྒྱས་པའི་ཚིག་སྟེ། གཟེ་བརྗེད་ལྡན་པ་  
 ཞེས་བུ་བའི་རྒྱན་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ།

སྐབས་འདིར་དཔང་རྒྱུ་ཏུ། ཁོ་བོའི་རལ་གྱི་ནི་ཕྱིར་  
 རྒྱགས་པ་བྲོས་ཏེ་འགྲོ་བ་རྣམས་དུས་རྣམ་ཡང་འཇོམས་  
 པར་འདོད་པ་མ་ཡིན་པས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན་  
 གཟེ་བརྗེད་ཀྱི་ཉམས་ཀྱི་ཚིག་སྐྱབ་བ་པོ་སྐྱེས་བུ་དྲེགས་  
 ལྡན་དེ་ཉིད་ཀྱི་རལ་གྱི་ཡིན་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་ན་  
 གཞུང་ཚིག་ཏུ་བདག་གི་རལ་གྱིས་ཞེས་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་  
 པ་སྦྱོར་དགོས་པ་ལ་དེ་ལྟར་མེད་པ་དང་། རྒྱ་འབྲེལ་ཆེ་

བར་ཡང་། ཀ་དུ་ཅི་ད་བེ་མེ་མ་མ་ཁ་རྒྱལ་བེ་མེ་ཁུ་ཁེ་ཁུ་ས་མ་  
 ར་ནི་རྩེ་ཁུ་ ཁེས་འབྱུང་བ་བོད་སྐད་དུ། རྩེ་ཁུ་  
 བདག་གི་རལ་གྱི་ཕྱིར་ཕྱོགས་པའི་འཐབ་མོ་དང་བྲལ་  
 བ་རྩེས་ལ་ཁེས་པའི་དོན་ཏེ། རལ་གྱི་ལ་རྩེ་དབྱེ་དང་  
 པའི་གཅིག་ཆེག་དང་། ཕྱིར་ཕྱོགས་པ་ལ་བདུན་པའི་  
 མང་ཆེག་སྐྱར་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་  
 གྱི་དགོངས་པ་དེ་དག་དང་དངོས་སུ་འགལ་བས་མི་  
 ལེགས་སོ།།

གཞན་ཡང་བོད་འབྲེལ་པལ་ཆེ་བ་ཞིག་ན། གཡུལ་དུ་  
 གཞན་ནི་བཀག་བྱས་ནས། ཁེས་པའི་དོན། རྩེ་ཁུ་  
 བའི་དག་བོ་རྩེས་ཅི་དགར་བཏང་མི་འོས་པ་འཇོམས་  
 པར་འོས་པའི་དག་བོ་གཞན་ཡིན་པས་དེ་རྩེས་བཀག་  
 ནས། ལྷག་མ་ཕྱིར་ཕྱོགས་ནས་བྱོས་འགྲོ་བའི་དག་བོ་  
 རྩེས་ཅི་བདེར་གཞོད་པ་མེད་པར་བཏང་ངོ་ཁེས་

འགྲེལ་བའང་དོན་ལ་ཆེར་མི་འགལ་ཡང་། ཚུར་གྲོལ་  
བའི་དགྲ་བོ་བཀག་པའི་ལྷག་མ་ཞེས་པའི་འཆད་ཚུལ་  
དེ་བཞིན་གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་མིན་ཏེ།  
སློབ་དཔོན་རུ་སྒྲིལ། གཡུལ་དུ་དགྲ་བོ་གཞན་བཀག་  
པ་ཐོབ་པ་དེ་མི་གསོད་པར་བཏང་བ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོག་  
ནི་ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཤེས་སོ། །

དོན་རྒྱན་ཉི་ཤུ་པ། རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པའི་རྒྱན།  
ཉི་ཤུ་པ་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ལ། མཚན་ཉིད་  
དང་། དཔེར་བརྗོད་གཉིས། དང་པོ་ནི།  
འདོད་དོན་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་པར། །  
དེ་ཉིད་འགྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། །  
རྣམ་པ་གཞན་དག་བརྗོད་པ་གང་། །  
དེ་ནི་རྣམ་གྲངས་བརྗོད་པར་འདོད། །



མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་སྤྲོས་དངོས་  
སུ་མ་བཟོད་པར་དེ་ཉིད་འབྲུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ་  
ཐབས་མཁས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཞན་དག་བཟོད་པ་གང་ཡིན་  
པ་དེ་ནི་རྣམ་གངས་བཟོད་པའམ་བརྒྱད་ནས་བཟོད་  
པའི་རྒྱན་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ནི།

ས་ཏ་ཀཱ་རེའི་སྟེ་མ་རྣམས། །

གཞན་གྱིས་གསོས་འདིས་ཟ་བར་བྱེད། །

དེ་ནི་བདག་གིས་བསྟོག་པར་བཟྱ། །

ཁྱེད་གཉིས་དལ་གྱིས་འདུག་པར་མཛོད། །

ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟེ་ཨ་ཕའི་སྟེ་མ་རྣམས་གཞན་བྱ་རོག་གི་  
གསོས་པར་གྲགས་པ་ཁུ་བྱུག་འདིས་ཟ་བར་བྱེད་ཀྱི།  
བདག་ནི་དེ་བསྟོག་པར་བཟྱ་བའི་དོན་དུ་འགྲོ་བས་

བྱེད་གཉིས་གནས་འདིར་དལ་གྱིས་སམ་རང་དབང་དུ་  
འདུག་པར་མཛོད་ཅིག་ང་ལ་སྟོས་མི་དགོས་སོ་ཞེས་  
པའོ།

དེ་འཆད་པ་ནི།

གྲོགས་མོ་སྐྱེས་ཕྱན་འཕྲད་བྱས་ནས། །

དེ་དག་དུས་སར་དགའ་བ་ཡི། །

དགའ་སྟོན་སྐྱབ་ཏུ་གཞུག་འདོད་པས། །

འགའ་ཞིག་དེ་ནས་སོང་བར་གྱུར། །

གྲོགས་མོས་སྐྱེས་ཕྱན་ལང་ཚོའི་དང་པོ་ལ་བབས་པ་  
ཞིག་བྱུང་མེད་མཛོས་མ་དང་དུས་སར་ཉེ་ཆེད་བྱས་  
པའི་གནས་འགའ་ཞིག་ཏུ་འཕྲད་པར་བྱས་ནས། དེ་  
དག་དུས་ས་དེར་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་འབྲིག་པའི་  
བདེ་བ་སྐྱབ་ཏུ་གཞུག་པར་འདོད་པས། ཐབས་ལ་

མཁས་པའི་གྲོགས་མོ་དེས་དཔེར་བཅོམ་མ་ཐག་པའི་  
རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོག་བཅོམ་ཅིང་། ལུ་བྱུག་བསྐྱོག་པའི་  
ཟླ་ཁྱིམ་དུས་སའི་གནས་དེ་ནས་གཞན་དུ་སོང་བར་  
གྱུར་ཏོ།

འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ། བསྐྱུས་བཅོམ་ཕྱ་མོ་ཆའི་རྒྱན་  
རྣམས་དང་འདི་མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར་བཤད་པ་འདུག་  
ཀྱང་དེ་རྣམས་དང་འདིའི་མཚན་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཐ་དང་  
པ་དངོས་སུ་གསལ་བས་འདིར་མ་སྒྲིམ་སོ། །

དོན་རྒྱན་ཉེར་གཅིག་པ། ཀྱན་པན་གྱི་རྒྱན་  
ཉེར་གཅིག་པ་ཀྱན་པན་གྱི་རྒྱན་ལ་མཚན་ཉིད་དང་  
དཔེར་བཅོམ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

བྱ་བ་འགའ་ཞིག་ཚུམ་པ་ལ། །

སྐལ་བ་ཡི་ནི་སྟོབས་ལས་ཀྱང་། །

དེ་ཡི་སྐྱབ་བྱེད་ཕུན་ཚོགས་གང་། །

དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་ཕན་པར་བཟོད། །

བྱ་བ་གང་ཡང་རུང་བ་འགའ་ཞིག་ཚུམ་པ་ནི། ཚུམ་པ་  
པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྐལ་བའམ་ཁ་རྗེའི་སྟོབས་ལས་ཀྱང་དེ་  
སྐྱབ་བྱེད་ཀྱི་མཐུན་ཀྱེན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་སྟོ་  
བུར་དུ་བྱུང་བར་གྱུར་པ་བཟོད་པ་གང་དེ་ནི་ཀུན་ཏུ་  
ཕན་པ་ཞེས་པའི་རྒྱན་དུ་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་  
བཟོད་པར་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་དེར་བཟོད་པ་ནི།

ཁེངས་པ་གཞོམ་ཕྱིར་དེ་ཡི་ནི། །

རྐང་པ་དག་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ། །

བདག་ལ་ཕན་ཕྱིར་སྐལ་བ་ཡི། །

འབྲུག་གི་སྐྱེ་འདི་གྲགས་པར་གྱུར། །

ཆགས་ལྡན་སྐྱེས་བུ་ཞིག་འདོད་པས་ཉན་ཏེ་རང་གི་  
 དགའ་མ་དང་འབྲུད་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་བྱ་བ་རྩམ་  
 པ་ལ། དགའ་མ་དེ་ཉིད་ཁེངས་པའི་དབང་གིས་དེའི་  
 འདོད་པ་སྐྱབ་དུ་མི་འདོད་པར་གྱུར་པ་ལ། སྐར་ཡང་  
 འདོད་དོན་འབྲུབ་པའི་ཕྱིར་དགའ་མའི་རྒྱུ་པ་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་བར་བྱེད་པའི་གནས་སྐབས་དེར། འདོད་ལྡན་  
 བདག་གིས་བརྩམས་པའི་བྱ་བ་དེ་འབྲུབ་པའི་མཐུན་  
 རྒྱུ། ཁེངས་ལྡན་མའི་ཁེངས་པས་བཟོད་པར་དགའ་བ་  
 འབྲུག་སྐྱེ་ཉན་པོ་ཡིད་སྐྱབས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལྟ་བུ་སྐྱོ་བུར་  
 དུ་གྲགས་པར་གྱུར་པ་ལ། འདོད་ལྡན་དེ་ཉིད་དགའ་  
 བས་ཀྱི་སྟ་ལས་འོངས་པ་ཞེས་བོད་ནས། རྒྱ་དཔེར་དིལ་  
 ཞེས་འབྲུང་བ་སྟ་ལས་འོངས་པའམ་སྟས་བསྐྱོས་པ་ཞེས་  
 བཟོད་པ་ཀུན་དགའ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྐྱེའོ། །དེས་

ན་འདིར་འཁྱུང་པ་དོན་དུ་གཉེར་ཞིང་དེའི་མི་མཐུན་  
ཕྱོགས་ཁེངས་པ་བསལ་བའི་བྱ་བ་ཕྱག་འཆལ་བ་སོགས་  
ཚུམ་པ་ནི། དེ་ལ་ཕན་པ་སྟེ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་འབྲུག་སྐྱ་སྟོ་  
བུར་དུ་གྲགས་པས་འདུད་པའི་གྲོགས་ལ་ཀུན་དུ་ཕན་  
པར་བཟོད་པ་ཀུན་ཕན་གྱི་རྒྱན་ནོ།

སྐབས་འདིར་གྲུང་ཐང་བདེ་སྒོམ། བུད་མེད་གྱི་རྒྱུང་པ་  
ལ་ཁེངས་པ་གཞིམ་པའི་བྱུར་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཆེ་འབྲུག་  
སྐྱ་དྲག་པོས་སྒྲུངས་ནས་རྒྱུང་པའི་དྲུང་དུ་བུབ་པ་ལ།  
དེས་རྒྱུང་འདོད་དུ་བརྟུག་པས་ཀུན་ཕན་གྱི་རྒྱན་  
ནོ། །ཞེས་འཆད་པ་ནི་བཞད་གད་གྱི་ཉམས་གྱི་དཔེར་  
བཟོད་དུ་བཞག་ན་འོས་པ་ཞིག་གོ།

དོན་རྒྱན་ཉི་ཤུ་ཙ་གཉིས་པ། རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན།

ཉི་ཤུ་ཙ་གཉིས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད།  
དཔེར་བཟོད། མཐུག་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

བསམ་པ་འཕམ་ནི་འབྱོར་པ་ཡི། །

ཆེན་པོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲ་མེད་གང་། །

དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞེས་པ་ཡི། །

རྒྱན་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟློང་། །

བསམ་པ་བཟང་ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བའམ་ཡང་ན་ཕུན་སུམ་  
ཆོག་པ་འཕམ་པ་སྟེ་གཉིས་ཀ་ཡང་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཕུལ་  
དུ་བྱུང་ཞིང་སྒྲ་ན་མེད་པར་སྟོན་པ་གང་ཡིན་པའི་ཆོག་  
གི་སྦྱོར་བ་དེ་ནི་རྒྱ་ཆེ་ཞེས་པའི་རྒྱན་དུ་མཁས་པ་ཤེས་  
རབ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་དང་ཕྱན་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཟློང་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟློང་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་

བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ནི།

རྒྱ་བ་ཏ་ཡི་མགོ་གཙོད་པའི། །

བྱ་བའི་ཁྱུང་ཡང་བཟོད་པ་ཡི། །

ར་སྒྱུ་བྱ་དེས་སྒྲ་མ་ཡི། །

བཀའ་ལས་འདེམ་བར་རྒྱས་མ་གྱུར། །

སྒྲིན་པོའི་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་བ་ཏ་སྒྲི་སྒྲི་ག་གི་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་  
དེས་སྒྲི་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ཡུན་རིང་དུ་བསྐྱབ་ཀྱང་མ་  
འགྲུབ་པས་རང་ཉིད་ལ་མགོ་བརྩུ་ཡོད་པ་རེ་རེ་ནས་  
བཅད་པ་སྒྲིན་སྒྲི་ག་གི་རྩ་སྒྲི་ཕྱལ་ནས་མགྲིན་པོའི་  
རྒྱག་མ་ཅམ་རེ་ལྷས་པར་བྱས་པས་ལྷ་མགྲིན་བརྩུ་  
ཞེས་གྲགས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་བྱ་དཀའ་བ་ལ་ཡང་ཇི་མི་  
སྒྲི་མ་པོའི་སྒྲིང་སྒྲི་བས་ཆེན་པོས་སྒྲི་དབང་ཕྱུག་མགྱུ་ནས།  
དེས་སྒྲི་མོ་ལྷ་མ་ལ་ཁྱོད་སོང་ལ་དངོས་གྲུབ་བྱིན་ཅིག།  
ཅས་བགོ་བ་ལྟར་དེས་སོང་ནས་ཅི་འདོད་སྒྲིན་པར་  
ཁས་སྒྲུངས་པ་ནི། བྱད་མེད་ལས་དངོས་གྲུབ་མི་འདོད་  
ཟེར། དེ་ལ་ལྷ་མ་ཁྱོས་ཏེ་མ་འོངས་པ་ན་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་



མིང་བྱང་མེད་གྱིས་འཛོམས་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་བརྗོད་  
 རྒྱུ་སོང་ངོ་། ཡང་སྤྱི་ཆེན་གྱི་བྱ་བར་པ་སྤྱེལ་ཏེ་གཞོན་  
 པ་ཅན་བཏང་ནས་དངོས་གྲུབ་ཅི་འདོད་དྲིས་པས། ང་  
 སྤྱེལ་ལས་དངོས་གྲུབ་ལེན་དུ་མི་འདོད་ཟེར་བས། དེ་  
 ཡང་ཁྱོས་ཏེ་མ་འོངས་པ་ན་ཁྱོད་གྱི་རྒྱལ་མིང་སྤྱེལ་  
 ཉམས་པར་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག། ཅེས་བརྗོད་ནས་སོང་  
 སོ། །དེ་ནས་དབང་ཕྱུག་རང་འོངས་ཏེ་མགོན་པ་རྣམས་  
 སྐར་ཡང་མགོ་བོ་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་  
 དབུས་གྱི་རྟ་མགོ་མ་བཅད་པར་མི་འཆི་བ་དང་། ས་  
 གསུམ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་ཆེན་པོའི་དངོས་གྲུབ་བྱིན་  
 པས། འཇིག་རྟེན་གསུམ་བུ་དུ་བྱས་པ་ལྟེན་རྒྱལ་པོ་  
 རྩ་བ་ཏེ་ལྷ་བུའི་མགོ་བོ་གཙོད་པའི་བྱ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 སྐྱབ་དགའ་བའི་ཁུར་ཕྱི་བའང་འདེགས་པ་བཟོད་ཅིང་  
 རྒྱས་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཅན། ཤིང་རྟ་བུ་པའི་བྱ་སྤྱི་ཆེན་  
 པོ་བྱུང་འཇུག་གི་འཇུག་པ་བུའི་ནང་ཚན་དགའ་བྱེད་

རྣམ་ཐར་གྲགས་པ་ར་སྤྱི་རིགས་ལས་བྱང་བའི་རྒྱལ་  
 བོ་དེ་ལ་ཡབ་རྒྱལ་བོ་ཤིང་ཏྲ་བཅུ་པས། ངས་སྒྲོན་སུམ་  
 ཅུ་ཙྰ་གསུམ་པ་དང་ལྷ་མ་ཡིན་གཡུལ་འབྱེད་སར་ཕྱིན་  
 པས། ལུས་ལ་ལྷ་མ་ཡིན་གྱི་མཚན་མང་པོ་བྱུག་པའི་མ་  
 གྲོང་བྱིར་འཐབ་པ་མེད་པར་ཆུང་མ་ཀེ་ཀེ་ཡའི་བུ་བྱོད་  
 གྱི་རུ་བོ་སྟ་ར་ཏྲ་ལ་རྒྱལ་སྤིང་བྱིན་བེན་པས། བྱོད་ཆུང་  
 མ་སྤྱི་ཏྲ་དང་བཅས་པ་ནགས་སུ་ངོས་ཤིག་ཅེས་བཀའ་  
 ལྷལ་པ་ལ། ར་སྤྱི་བུ་དགའ་བྱེད་རྣམ་ཐར་ཏེས། ལྷ་མ་སྤྱི་  
 རང་གི་ཡབ་རྒྱལ་བོའི་བཀའ་མི་འོས་པ་བསྐྱབ་པར་  
 དཀའ་བ་དེ་ལས་ཡང་འདའ་རུས་པར་མ་གྱུར་ཏེ།  
 བཅུན་མོ་སྤྱི་ཏྲ་དང་ལྷན་ཅིག་དཀའ་ཐུབ་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་ནགས་སུ་འབྱམས་པ་འདི་ནི་ཏྲ་ཅང་མི་འོས་ཤིང་།  
 དེ་བསྐྱོག་པའི་རུས་པ་ཕུལ་དུ་བྱང་བ་ཡོད་ཀྱང་ལྷག་  
 པའི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་ལོ་ནས་དུལ་བའི་གཞན་དབང་  
 དུ་གྱུར་ཏེ་ཡབ་གྱི་བཀའ་དང་དུ་སྒྲངས་པ་འདི་ལྟ་བུ་

བཟློང་པ་ནི་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ཏེ། གཙུག་ན་  
ལོར་བའི་རྟོགས་པ་བཟློང་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། དཔའ་  
བོ་སྒྲང་ཆེན་སེངྒེ་སྟེ། དབྱ་ནི་རྣམ་འཛམས་རྣམས་གྱུར་  
ཀྱང་། སྟེ་བོ་འཛད་པ་འཇིགས་ཤིང་འབྱུགས། སྟོང་རྩེ་  
ལས་ནི་ཡང་དག་བསམས། ཁེས་པ་སྟ་བུ་ཡང་ངོ་། །

གཉིས་པ་འབྱོར་པ་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྒྱན་ནི།

རིན་ཆེན་རྩེགས་པ་ལ་འཕྲོས་པའི། །

གཟུགས་བརྟན་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱར་གྱུར་པ། །

ལྟའི་དབང་ཕྱུག་དེ་ཁོ་ན། །

ཨ་ཧྲུ་ན་བུས་དཀའ་བས་ཤེས། །

འདི་ཡང་དགའ་བྱེད་རྣམས་ཁོའི་སྟོན་བྱང་གི་གཏམ་  
རྒྱུད་དང་སྦྱར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟོན་པའི་ཡལ་དུ་བུ་མོ་  
མཆར་སྦྱག་ཡལ་དུ་བྱང་བ་ཞིག་སྟེས་པ། ཡལ་དེར་

བཞག་ན་ལྟའི་གྲོང་ཁྱེར་བཞག་པར་འགྱུར་བའི་  
 མཆན་མ་ངན་པ་ཤར་བས་ཟངས་ཀྱི་སྒྲོམ་བུར་བརྟུག་  
 ནས་ཕུ་བོ་ལ་བསྐྱུར་བ། འཛམ་བུའི་སྤྱིང་དུ་ཞིང་ཕུ་  
 དྲངས་པའི་རོལ་ནང་དུ་ཁྱེར་བྱང་བ་ཞིང་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཁ་ཕྱེ་ནས་བཞུས་པའི་ཆོ་བུ་མོ་བྱང་པར་ཅན་ཞིག་  
 འདུག་པ་འཛམ་སྤྱིང་གི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཁྱེར་བའི་བཅུན་མོར་  
 སྤུལ་བས་མཉེས་ཤིང་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་བྱེན། །དེའི་མིང་  
 ཞིང་པ་རྣམས་ཀྱིས་རོལ་ནང་ནས་རྟེན་པས་རོལ་རྟེན་  
 མའམ་སྤེ་ཏུ་ཞེས་བྱ། དེ་དང་ལྟན་ཅིག་རྒྱལ་པོ་ཡབ་ཀྱི་  
 བཀའ་ནགས་སུ་གནས་ཤིང་ཆེ་དགའ་ལ་རོལ་པའི་དུས་  
 ཅིག་གི་ཆོ། སྤེན་པོའི་རྒྱལ་པོ་སྤྲོ་སྤྲོག་གི་བུ་དེས་འཛམ་  
 བུའི་སྤྱིང་ན་བུ་མོ་སུ་མཛེས་བརྟགས་པ་ལས་སྤེ་ཏུ་ཁོ་ན་  
 མཛེས་པར་མཐོང་ནས། དེ་འཕྲོག་པའི་ཕྱིར་སྤེན་མོ་  
 བསྐྱེད་མས་རི་དྲགས་རིན་པོ་ཆེའི་པགས་པ་ཅན་  
 ཞིག་ཏུ་སྤུལ་པ་རྣམས་ཁས་བཟུང་བར་འདོད་དེ། སྤེ་ཏུ་

ལ་ཁྱོད་ང་མ་སླེབ་ཀྱི་བར་འོད་ཀྱི་རྩ་བས་བསྐྱར་བ་འདི་  
 ལས་འདས་ནས་འགོ་བར་མི་བྱ་ཡི། གལ་ཏེ་སོང་བ་ན་  
 ཆེའི་དུས་བྱེད་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དམོན་བོར་ནས་འོད་  
 ཀྱི་རྩ་བས་བསྐྱར་ནས་བཞག་རང་ཉིད་རི་དྲགས་དེའི་  
 རྗེས་བསྟེགས་ཏེ་རྒྱ་མཚོའི་མཐར་ཐུག་པར་འདེད་དུ་  
 བྱོན་པའི་ཤུལ་ན་སྤོང་པའི་རྒྱལ་པོ་རྩ་བ་ཁ་བྱམ་ཟེའི་  
 གཟུགས་སུ་སྤྱུལ་ནས་འོངས་ཏེ་སྤྱི་ཏུ་སྤངས་བར་  
 བརྩམས་པ་ན། རྒྱལ་པོ་བདེན་ཆོག་གྲུབ་པའི་བཀའ་  
 ལས་འདའ་བར་མ་རྟུས་པའི་ཆོ། སྤོང་པའི་རྩ་འབྲུལ་  
 གྱིས་སྤྱི་ཏུ་འོད་ཀྱི་རྩ་བ་དང་བཅས་པའི་ས་གཞིའི་ཁྱོན་  
 བྱིར་ཏེ་སྤོང་པའི་ཡུལ་དུ་དོང་ངོ། །རྒྱལ་པོ་རི་དྲགས་དེ་རྗེ་  
 ཅམ་བདས་ཀྱང་མ་བེན་པས་མིག་བསྐྱར་ཡིན་པར་  
 རྟོགས་ནས། སྤྱིར་ལོག་འོངས་པ་ནི་སྤྱི་ཏུ་ས་གཞི་དང་  
 བཅས་པ་འབོད་སྒྲིག་གིས་བྱིར་བར་རིག་ནས་རྗེས་  
 བཅད་དེ་བྱོན་པ་ན། རྒྱ་པོ་དྲོན་མོ་མདོག་ཁམ་སྐྱེད་ང་

ཞིང་སྤངས་པ་ན་བྱ་སྒྲུབ་ལུ་འཕྱོངས་པ་གཅིག་དང་  
 འཕྲད། དེ་ག་ནས་འབབ་བསྐྱར་བྱེད་པས་ལྷང་བ་དེའི་  
 སྤྱ་ན་སྤྱེའུའི་རྒྱལ་པོ་བླ་ལེ་དང་མགོན་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་  
 གཉིས་དམག་གི་ཚྲགས་དང་བཅས་པ་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་མ་  
 འཆམས་པར་གཡུལ་འབྲུག་པའི་ངལ་བ་ལས་བྱུང་བའི་  
 རྒྱལ་ཁུའི་ཚྲགས་གཅིག་ཏུ་འདྲིལ་བའི་ཁུ་རྒྱན་ཡིན་པར་  
 འདུག། རྒྱལ་པོ་དེར་བྱེད་པས་སྤྱེའུའི་རྒྱལ་པོ་མགོན་  
 བཟང་གིས་ངེད་ནམས་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་མ་འཆམས་པར་  
 འཐབ་པ་ཡིན། ད་ཉི་ཉེ་མ་གསུམ་འཐབ་ན་ཁོ་རྒྱལ་བ་  
 ཡོད་པས་བྱེད་ངེད་ཀྱི་རྒྱལ་བྱ་བར་རིགས་སོ་བཅེར་བ་  
 ལ། རྒྱལ་པོ་དགའ་བྱེད་ཀྱི་མདའ་འཕང་ཆད་པོག་པོག་  
 ཆད་ཤི། ཤི་ཆད་སྐྱར་སྤྱེ་བའི་དངོས་གྲུབ་གྲུབ་པ་ཡོད་  
 པས་མདའ་འཕང་སྤྱེ་སྤྱེའུའི་རྒྱལ་པོ་བླ་ལེ་གསོད་པར་  
 ལས་སྤངས། འོན་ཀྱང་ཉེ་མ་དང་པོར་སྤྱད་མོས་  
 གཡེངས། གཉིས་པ་ལ་འདྲ་བས་དབྱེར་མ་བྱེད་པར་

མདའ་འཕེན་ངོ་མ་ཤེས། གསུམ་པ་ལ་མི་འབྱུང་བའི་  
 བརྟམ་མགྲིན་བཟང་གི་དབྱལ་བ་ལ་མི་ལོང་བཏགས་ཏེ་  
 འཐབ་པ་ནི། རྒྱལ་པོས་མདའ་འཕང་སྟེ་བླ་ལེ་བསད་  
 རས་མགྲིན་བཟང་གི་སྤྱུང་ཏེ་རྒྱལ་སྤེད་ཐོབ་བར་བྱས་  
 པས་དེས་རྒྱལ་པོས་ཅི་འདོད་བསྐྱབ་པར་ཁས་སྦངས་པ་  
 ལ། དེ་ལྟ་ན་ཁོ་བོའི་བཅུན་མོ་སྤྲོ་སྤྲོ་པོས་བྱེད་བ་  
 ལོངས་ཤིག་བྱས་པས། བདག་ལ་སྒྲོན་པོ་བྱུང་པར་ཅན་  
 ཏེ་རྒྱ་མཚུ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི། དེ་དང་བསྟོ་བར་འོ་  
 སྒྲོལ་གཉིས་ཐབས་ཅིག་ཏུ་གཤེགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
 བྱེད་པ་ན་རི་ལྷང་ཐམས་ཅད་སྤྱུངས་གང་བའི་ཁྱོད་ན་  
 རྒྱལ་སྒྲོན་ཕྱོགས་ཅམ་མ་གཏོགས་སྤྲོ་དབང་ཕྱུག་གི་བྱ་  
 བར་པ་སྤྱུང་ཏེ་གདོང་པ་ཅན་དེ་ཡིན་པར་གྲགས་པ་  
 སྤྱུ་མིག་གསུམ་པ་གཅིག་འདུག་པ་ལ། མགྲིན་བཟང་  
 གིས་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བསྟན་ནས་རྒྱལ་པོའི་དྲིན་ལན་  
 བསབ་པའི་བྱེད་སྤྲོ་ཏུ་འགྲུགས་པའི་ཐབས་ཅི་ཡོད་བྱས་



པ་ནི། ཡུད་ཅམ་བསམས་ནས་དེ་སྐྱབ་པའི་གནས་ཡུལ་  
 བརྟགས་པར་མཆོངས་པ་གཅིག་བྱས་པ་ཁ་ཐལ་ཏེ་རྒྱང་  
 ལྟའི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་སླེབ། དེ་ནས་ཕྱི་མཆོངས་གཅིག་  
 བྱས་ལྟ་སྤྱོད་རིམ་སོན་ཏེ་བཟུས་པས། སྤྱི་རྒྱུ་ས་གཞི་དང་  
 བཅས་པ་བཟའ་ཤིང་ར་བ་ན་བཙོན་དུ་འདུག་པ་  
 མཐོང་། དེའི་རྒྱ་བྱིས་པས། འདི་བདག་ཅག་གི་རྒྱལ་པོ་  
 ལ་མ་དད་པས་བཙོན་དུ་བྱས་སོ་ཟེར། དེ་ནས་སྤྱི་རྒྱའི་  
 རྒྱུར་སོང་ནས་ང་རྒྱལ་པོ་རྒྱ་མ་ཆས་བཏང་བ་ཡིན། བྱིད་  
 ཀྱང་ང་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་བྱས་པས་ཡིད་མ་ཆེས་པ་ལ་  
 ལག་རྟགས་སུ་རྒྱལ་པོའི་སོར་གདུབ་བཟུན། དེར་སྤྱི་  
 རྒྱུ་མ་ང་འབྲོས་ཅི་ལ་ཐུབ། རྒྱལ་པོ་རང་ལ་མཐུ་ཡོད་ན་  
 ལྟོབས་ཀྱིས་སྤངས་པར་རིགས་སོ། །ཞེས་པའི་ངག་འཕྲིན་  
 བྱིར་ཏེ་མཆོངས་པ་གཅིག་གིས་རྒྱ་མ་ཆའི་མདུན་སར་  
 ཕྱིན། རྒྱ་མཆོན་གསོལ་བས་རྒྱལ་པོས་དེ་མ་ཐག་སྤྱེལ་  
 དམག་ཆེན་པོ་བཟུས་ནས་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོའི་འགམ་དུ་



སོང་སྟེ། དྲང་སྟང་ཆེན་པོ་གྲོག་མཁར་བ་ལ་རྒྱ་མཚོར་  
 སྟོག་ཆགས་ཀྱི་རིགས་ཅི་འདྲ་ཡོད་དེས་པས། དཔག་  
 ཚད་བརྒྱའི་སྟོན་དང་ལྡན་པའི་ལྷས་ཅན་ཏི་མེ་ཞེས་  
 པའི་རྒྱ་སྟོན་ཉ་མེད་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱང་མེད་པར་བྱེད་  
 རྒྱས་པ་དང་། དེ་ཡང་མེད་པར་རྒྱས་པ་སོགས་གསུག་  
 པའི་སེམས་ཅན་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ཅེས་ཐོས། དེ་ནས་རྒྱ་  
 མཚོ་ལ་སྟེལ་དམག་རྣམས་ལག་སྟེལ་ཏེ་ཟམ་པ་བྱས་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས། དགའ་བྱེད་རྣམ་ཐས་སྟོན་ཡུལ་ལྟོ་སྐྱ་  
 རི་བརྟོལ། དེང་སང་ཡང་ཟམ་པ་བཙུགས་པའི་ཤུལ་  
 ཡོད། རྒྱ་གར་བའི་བྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གནས་ཆེན་དུ་  
 བརྟེན་ཞིང་མཇལ་བར་འགྲོ། སྟོན་པོའི་བྲག་གིས་སྐགས་  
 པ་ཡིན་ཟེར་ས་དོ་རི་ལྷང་ཐམས་ཅད་དམར་པོར་ཡོད།  
 འདྲིའི་མིང་ལ་སེ་དུ་སྟོན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཞེས་གྲགས། རྒྱ་  
 གར་སྟོ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོའི་འགྲམ་ན་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་  
 ནས་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐས་སྟོན་པོའི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་ཐ་གསོད་

བར་བརྩམས་པ་ན། དེའི་པོ་བྲང་པར་རྩ་ག་དང་མཛད་  
 ལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་སྣ་ཚོགས་པའི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ཁམས་ལས་གྲུབ་པའི་གཞལ་མེད་ཁང་ཤིན་ཏུ་དྲངས་  
 པའི་ཚིགས་ངོས་སུ་སྤོང་པའི་རྒྱལ་པོ་སྤྱོད་པ་མགོ་བོ་  
 བཅུ་པའི་གཟུགས་བརྟན་བརྟུགས་ཤར་བ་རྩམས་སྤོང་  
 པའི་རྒྱལ་པོ་དངོས་དང་ཤིན་ཏུ་འདྲ་ཆས་པས། འདི་ནི་  
 རྩ་བ་ཁ་ཡིན་ལ་འདི་ནི་གཟུགས་བརྟན་ཡིན་ལོ་ཞེས་  
 དབྱེ་བ་མ་བྱེད་པར་གྱུར་པའི་ཆོ། སྤྱོད་པ་ལྷན་པའི་བྱ་  
 རུ་མཛུམ་སྤོང་གོས་ཀྱི་མཐུས་ཞིབ་མོར་བརྟགས་པས་  
 ལྟའི་དབང་ཕྱུག་རྩ་བ་ཁ་དངོས་དེ་ནི་འདི་ཡིན་  
 ལོ། །གཟུགས་བརྟན་རྩམས་ནི་འདི་ཡིན་ལོ་ཞེས་དེ་ཁོ་  
 ཉིད་ཀྱིས་ཏེ་ཡང་དག་པའི་ཤེས་པས་དཀའ་བས་ལེགས་  
 བར་བརྟགས་པའི་མཐར་ཤེས་ཤིང་ངེས་པར་བྱས་ཟིན་  
 པའི་སྤྱོད་པས། རྒྱལ་པོ་དཀའ་བྱེད་ཀྱི་མདེུ་ཉ་ཁ་ཅན་གྱི་  
 མདའ་འཕངས་ནས་དབྱས་ཀྱི་ཏེ་མགོ་བཅད་དེ་རྩ་བ་

ཁ་དེར་བསད། གཞན་ཡང་སྤྱོད་པོ་བྱེ་བ་དཔག་མེད་  
 བསད་པའི་སྤྱོད་པ་སྤྱང་པའི་བྱེར། རྩོད་པའི་དུས་  
 འདྲིར་བྱབ་འཇུག་གི་འཇུག་པ་བརྩུ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གཟུགས་སུ་སྤྱུལ་ནས་ཆོས་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེས་བྱེ་རོལ་པ་  
 རྣམས་ཟེར། རྩ་བ་ཁྱེ་བྱ་བེ་སྤྱོད་ཞེས་བྱ་བ་ད་ལྟ་སྟོབ་  
 དཔོན་ཆེན་པོ་དེའི་ཚུལ་བསྟན་ནས་སྤྱོད་པའི་ཁ་ལོན་  
 དུ་བཞུགས་པར་རང་ཅག་ལ་གྲགས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནས་  
 སྤྱི་ཏུ་ཁུ་མརྒྱས་བཟའ་ཤིང་གི་ར་བར་བྱེན་ནས་འབྲས་  
 བྱས་དུད་པའི་སྟོན་པ་སྤྱོད་ཆོགས་རྩེ་མོ་ས་ལ་བརྩུགས་ཏེ་  
 བཞག་སྤྱོད་མོ་ལྟག་མ་རྣམས་ཀྱིས་མཐའ་བསྐྱོར་ཏེ་  
 གསོད་པར་བརྩམས་པ་ན། དེ་ལས་ཐར་བ་སྤྱོད་ཡང་གཡོ་  
 སྤྱིའི་རིག་པ་སྟོན་པའི་བྱེར་བྱེན་པ་ལྟར་དུ་བྱས་ནས།  
 འདྲི་ན་བྲིམས་ཡོད་དམ་མེད། མེད་ན་ང་རང་གི་བྲིམས་  
 ལྷགས་གཉིས་པོ་བཞིན་དུ་སོད་ཟེར། དེ་གང་ཡིན་དྲིས་  
 པས་མའི་ལྷགས་སུ་གསོད་ན་བང་མཛོད་དུ་ཆུག་ལ་

ཟས་བཟར་རུང་ཚད་བྱིན་ཅིག་དེས་ང་མགྲིན་པ་འགག་  
 རས་འཆི་བ་ཡིན་ལ། སའི་ལྷགས་སུ་གསོད་ན་མཇུག་མ་  
 ལ་ཏིལ་མར་གྱིས་སྤྲགས་པའི་རས་དགྱིས་ལ་མེ་སྤྲོར་  
 ཞིག་ཟེར་བས། སའི་ལྷགས་སུ་གསོད་པར་ཐམས་ཅད་སྒོ་  
 མཐུན་ནས་དེ་བཞིན་བྱས་པའི་ཆོ་ང་སྤྲུ་འཆི་བ་བྱེད་  
 རྒྱུས་གྱིས་མཐོང་ན་ལྟས་ངན་ཡིན་པས་རང་རང་གི་  
 བྱིས་དུ་ཡིབ་ཅིག་ཟེར་བ་བཞིན་དུ་བྱས་པས། ལྟ་སྤྲོ་  
 རའི་རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དང་གོང་བྱེད་སུམ་བཅེགས་ལ་ཆའི་  
 ལྷགས་རི་དང་བཅས་པ་མཇུག་མའི་མེས་བསྐྱེགས་ནས་  
 སྐད་ཅིག་ལ་བསྒྲག་པར་བྱས། རྒྱལ་པོ་དགའ་བྱེད་གྱིས་  
 སྤྲོ་དུ་ཐོབ་ནས་སྤྲོ་ཡང་རང་ཡུལ་དུ་འོངས་པའི་ཆོ།  
 སྤྲོ་ཡུལ་ངོས་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་གཞུ་མཚོག་གིས་  
 དྲུགས་ཤིང་བསྐྱོར་ནས་བཞག་པའི་སྤྲོ་མཐུས་  
 འཁོར་མཚོར་འབྱེལ་ཏེ་བྱིས་མི་ཡུལ་དུ་དེ་ནས་ཚུར་བྱ་  
 བཏང་བྱང་སྤྲོ་ལོག་ནས་འོང་མི་རྒྱས་པས། ད་ལྟ་མི་

དུལ་དུ་སྤྱོད་པོའི་གཞི་དཔ་མེ་འབྱུང་བ་དེས་ཡིན་ཞེས་  
 མུ་སྟེགས་རྣམས་ལ་གྲགས། དེ་ནས་བློས་ཐར་པའི་སྤྱོད་  
 པོ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤྱོད་གི་བྱ་རྒྱ་བ་ཏ་དེའི་རུ་བོ་  
 གྲམ་ཀཏུ་ཞེས་པའི་དྲང་སྤང་བསམ་གཏན་ལ་མཉམ་  
 པར་བཞག་པའི་རྣ་བར་ཁོ་ཅུ་སྟགས་ནས་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་ལས་སད་པར་བྱས་ཏེ། སྤྱོད་རྒྱ་མ་ཏས་བསད་  
 ཚུལ་རྒྱས་པར་སྟོས་པས་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷང་ནང་དུ་རྟུབ་པ་  
 ཅམ་གྱིས་རྒྱལ་པོ་དང་ཏ་རུ་མཆོག་གཉིས་ཅམ་མ་  
 གཏོགས་སྤྱོད་དང་སྟེལ་དམག་ཐམས་ཅད་ཀའ་རུས་སྟུ་  
 སོང་། དེ་ཅམ་གྱིས་གྲམ་ཀཏུ་ཆོམ་ནས་ཡང་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་ལ་ཞུགས་སོ། །དེར་རྒྱལ་པོས་ཏ་རུ་མཆོག་རི་བོ་  
 གངས་ཅན་ནས་སྟོན་ལེན་དུ་མངག་པས་སྟོན་ཞོར།  
 སྟོར་ཡང་བཏང་བ་ན་རི་བོ་གངས་ཅན་བྱེར་འོངས་  
 ནས་སྟོན་ཆོལ་ཅིག་བེར། བཅོལ་ནས་སྟོན་གྱི་རུས་པས་  
 དེ་རྣམས་གསོས་བེན་པ་ན་རི་བོ་གངས་ཅན་རང་

གནས་སུ་སྒྲིལ་ཅིག་བྱས་པས་ཆོག་མཆོག་ཆེ་བེད། འཕངས་  
 པས་སྒྲར་བྱལ་དུ་སོང་བ་རི་མགོ་ཅུང་ཟད་ཡོ་ནས་ཡོད་  
 པར་གྲགས། རི་དེ་ལས་གངས་ཀྱི་དུམ་བུ་ཞིག་ཆད་པ་ཏི་  
 སེ་ཡིན་ཞེས་དང་སྤྱང་གྲོག་མཁར་བ་སྤྲོད། །དེ་ནས་རྒྱལ་  
 བོ་རྒྱལ་ཁ་བཅུན་མོ་སྤྱི་དང་བཅས་པ་མེ་ཏོག་ཅན་  
 ཞེས་བྱ་བ་རྒྱ་བའི་གཞལ་ཡས་ཁང་དུ་ཞུགས་ཏེ། ལྷ་ར་  
 ཏ་ལ་སོགས་པས་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་གྲོང་བྱེར་འཐབ་པ་མེད་པར་གསེགས་ཏེ་  
 སྤྱིང་པའི་བདེ་བ་ལ་རྣམ་པར་རོལ་པར་གྱུར་སྐད།  
 འདྲིའི་ལོ་རྒྱུས་རྗེ་པའ་ཆེན་སྒྲ་མས་སྒྲར་བྲམ་བེ་ཞིག་ལ་  
 གཏམ་རྒྱུད་ཆོང་མ་གསན་འདུག་ཀྱང་བསྟེལ་ཐོ་མ་  
 མཛོད་པས་ད་ལྟ་བསྟེལ་འདུག་གསུངས། གཞན་ཨ་ཙ་  
 ར་ཕལ་བ་ཆོར་ཡང་འདྲི་འཆད་མེ་ཤེས་པ་མེད་པ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ཀྱང་། ཁོང་ཆོ་འདྲི་ལ་གཅེས་སྤྲོས་དང་ཆེ་བ་ཆེ་  
 དུག་གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་གཞན་རྒྱེན་གྱིས་

བར་མ་ཆོད་པར་ཉན་པ་ལས་འཕྲོས་ཞོར་ལ་འཆད་  
 པའི་སྒྲིལ་མེད། དེ་བཞིན་ཆེད་དུ་ཉན་ཀྱང་ཞག་གངས་  
 མང་པོའི་བར་ལ་མི་རྫོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཆེས་ཤིན་དུ་  
 རྒྱས་པ་ཡིད། རྩ་མེད་དང་དག་གི་དབང་ཕྱག་གཤམ་  
 པའི་རྒྱ་འགྲེལ་ན་ནི་འདྲིའི་ལོ་རྒྱུས་མི་འདུག་ཅས་རྒྱས་  
 བར་མ་གསུངས་པས། འདི་ལ་སྤར་བོད་ཡུལ་དུ་མ་  
 གཤམ་པ་རྒྱ་གར་བའི་དག་སྒྲོས་ཇི་བཞིན་པའི་ལེགས་  
 བཤད་གསར་དུ་འགོད་པར་མ་རུས་ཀྱང་། འདི་ཙམ་  
 ཞིག་ཕྱི་རོལ་པ་ཆོས་འཆད་པའི་དག་སྒྲོས་དང་མཐུན་  
 བར་འདུག་ཅས་སྤུལ་བ་བཞིན་ལ་གསུང་སྒྲོས་གསར་པ་  
 ཐོར་བུས་ཀྱང་བརྒྱན་ནས་བཀོད་པ་ཡིན། གཞན་སྤར་  
 ཐང་པ་སྒྲིལ་གྱིས་མཛད་པའི་སྤྲོན་ལྷོ་ག་བསྐྱུགས་པས་  
 དོན་གྲུབ་དུ་བཀོད་པ་དེ་རྒྱ་གར་བའི་དག་སྒྲོས་དང་མི་  
 མཐུན་པ་མང་། བྱད་པར་དུ་ཤིང་རྟ་བཅུ་པས་སྤུལ་  
 གཡུལ་བཀྲེས་པ་སོགས་རྒྱ་གར་ན་ཡེ་མ་གཤམ། རྒྱལ་པོ་



འདིས་གཟའ་སྤོན་པ་ལ་མདའ་བརྟེན་པར་བརྩམས་  
 པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་ཡོད། དེའི་ཆོ་རྒྱལ་པོས་བསྟོད་པའི་  
 བསྟོད་པ་རྗེ་པའ་ཆེན་སྒྲ་མས་གསར་འགྱུར་གནང་བ་  
 འདི་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲར་ཐང་པས་དགའ་བྱེད་རྩ་མ་  
 འ་ད་ལྟའི་མགོན་པོ་གྱུར་ཡིན་གསུངས་པའང་། མགོན་  
 པོ་འདིའི་འཇིག་རྟེན་སྤྱི་རྒྱུད་དང་བསྐྱུན་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཆོར་སྤོན་ཡུལ་བཅོམ་པའི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ་དགོངས་  
 ནས་གསུངས་པར་འདུག་ཀྱང་། ཕྱི་རོལ་པའི་གཏམ་  
 རྒྱུད་ལ་མ་གྲགས་པས་གྲུབ་མཐའ་ཐུན་མོང་བའི་རིག་  
 ལམ་གྱི་གཞུང་འཆད་པའི་སྐབས་འདིར་དེ་བཞིན་དུ་  
 བཤད་པ་མི་ལེགས་སོ། །

དེ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་ཀྱིས་བརྗོད་བྱའི་ལོ་རྒྱུས་ངེས་པར་  
 བྱས་ནས། སྐབས་དོན་དངོས་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་སྤྱོད་གི་  
 བུ་རྩ་བ་འ་དེའི་པོ་བྲང་ཀྱང་རིན་པོ་ཆེ་འབའ་ཞིག་ལས་



གྲུབ་ཅིང་དེའི་ཚིགས་ངོས་སུ་ཤར་བའི་གཟུགས་བརྟན་  
 རྣམས་ཀྱང་ཏ་ཏུ་མཆོ་ལྷ་བུའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱིས་ཀྱང་དངོས་  
 བཏགས་ཀྱི་དབྱེ་བ། དཀའ་བས་དབྱད་ནས་ཤེས་ཀྱི།  
 ཡུད་ཀྱིས་མ་ཤེས་པའི་བཟོ་ཅིང་ཀྱི་འཕུལ་དེ་ལྷ་ན་  
 ལོངས་སྦྱོད་ཀྱི་འབྱོར་པ་གཞན་ལྷ་སྒོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་  
 པར་སྟོན་པ་ཡིན་པས། འདི་ལྷ་བུ་ནི་འབྱོར་པ་རྒྱ་ཆེ་  
 བའི་རྒྱན་ཏེ་ང་ལ་ལུ་འུ་ཏྟགས་པ་བཟོད་པའི་ཡལ་  
 འདབ་དུ། རྟོར་བུའི་ཞལ་ཞལ་ཀ་པ་ས། །གང་དུ་ལྷ་ཡི་  
 གཟུགས་བརྟན་གྱིས། །ལྷ་ཡི་འཇིག་རྟེན་གཅིག་ཉིད་  
 ཀྱང་། །ལྷ་ཡི་འཇིག་རྟེན་དུ་མ་འཇིན། །ཞེས་འབྱུང་བ་  
 ལྷ་བུའོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

སྒྲ་མར་བསམ་པའི་བདག་ཉིད་ཆེ། །

འདིར་ནི་མདོན་པར་འབྱོར་པས་བརྟེན། །

ཀྱུ་ཆེ་གཉིས་པོ་འདི་དག་ཀྱང་། །

རབ་ཏུ་གསལ་བར་མཚན་པ་ཡིན། །

དཔེར་བརྗོད་པ་སྤྲུལ་མར་ནི་བསམ་པ་སེམས་ཀྱི་བདག་  
ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཀྱུ་ཆེ་བ་དང་། བྱི་མ་འདིར་ནི་མཛོན་པར་  
འབྱོར་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བས་བརྗོད་བར་བསྟན་པས། ཀྱུ་  
ཆེ་གཉིས་པོ་དེའི་ཚིག་སྦྱོར་དང་དོན་དག་ཀྱང་རབ་ཏུ་  
གསལ་བར་མཚན་པ་འོ། །དེས་ན་སྐབས་འདིར་བསྟན་  
པའི་ཀྱུ་ཆེའི་ཀྱན་དང་། སྤར་ལེའུ་དང་པོར་བསྟན་ཟེན་  
པའི་ཀྱུ་ཆེའི་ཀྱན་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་དམ་ཞེ་ན།  
དེ་འདྲའི་དོགས་གཙོད་ཀྱི་འགྲེལ་གཉིས་ནས་བཤད་པ་  
མེད་ལ། བོད་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་དབྱེ་བ་གཞན་  
བཤད་ཀྱང་མི་འཐད། པཎ་ཆེན་སལྷ་མེས། སྤར་ལེའུ་  
དང་པོའི་ཀྱུ་ཆེ་ནི་བསྟན་པར་འོས་པའི་ཁྱད་པར་  
དང་ཕྱན་པ་ཇི་སྟེད་པ་ཡིན་ལ། འདིར་ནི་བསམ་པ་དང་

འབྱོར་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་ཁོ་ནར་བསྐྱགས་དགོས་པའི་  
ཁྱད་པར་དུ་གསུངས་པ་སྟར་ལེགས་ཏེ། གཞུང་གི་  
དངོས་བསྟན་དང་འབྲིག་པའི་སྤྱི་མཐའ་དཔྱད་  
ལེགས་པར་འགྲུབ་བོ། །

དོན་རྒྱན་ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་པ། བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན།  
ཉི་ཤུ་ཙུ་གསུམ་པ་བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆོན་  
ཉིད་སྤྱིར་བསྟན། དབྱེ་བ་སྔ་སྔར་དཔེར་བཞིན། བཤད་  
ཟེན་དྲན་པ་ལ་སྤྱིར་ཉི་དོན་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་མཆོན་  
ཉིད་སྤྱིར་བསྟན་པ་ནི།

བསྟོན་དོར་དག་ནི་བསྟོན་བྱས་ནས། །

དོན་གཞན་ཅུང་ཟད་བཞིན་པ་སྟེ། །

བསྟོན་དོར་གྱི་རྒྱན་ནི་བཞིན་བྱའི་དངོས་པོ་དེའི་གནས་  
ལྷགས་ཀྱི་ངོ་བོ་ལ་དེ་མིན་ལོ་ཞེས་བསྟོན་ནས་དོན་

གཞན་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ངོ་བོ་ཅུང་ཟད་སྟོན་པས་  
སྟོན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པའོ། །འདི་ལ་མཁས་པ་བདེ་  
བའི་སློ་གྲོས་ཀྱིས་གསང་བའི་རྒྱན་ཞེས་མིང་འདོགས་  
མཛད་པ་རྒྱ་དཔེར་ཨ་པ་རྩ་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་སྐབས་  
འགར་གསང་ཆོག་སོགས་ཀྱི་གསང་བ་ལ་འཇུག་པས་དེ་  
ལ་དགོངས་པར་འདུག་ཀྱང་། འདིར་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་ཨ་  
པ་རྩ་པ་བསྟོན་དོར་རང་ལ་བཀྲལ་བ་བཞིན་གཞུང་  
དོན་དང་འབྱུར་བས་ལེགས་སོ། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་དཔེར་བཙལ་པ་ལས། དང་པོ་ཆོས་ལ་  
བསྟོན་དོར་ནི།

འདོད་པ་དག་ནི་མདའ་ལྔ་པ། །

མ་ཡིན་སློ་ལྔ་སྟོང་ཕྱག་ཡོད། །

འདྲོད་པའི་སྟེ་ནི་མདའ་ལྔ་པ་ཞེས་གྲགས་ཀྱང་དེ་མ་  
 ཡིན་ལ་སྟོ་ལྔ་ན་ཏེ་མདའ་སྟོང་ཕྱག་ཡོད་དོ། །གཞན་དུ་  
 ན་སྲིད་པ་གསུམ་ལས་རྒྱལ་མི་རྣམས་སོ་ཞེས་པ་སྟེ། འདི་  
 ལ་ལྔ་པ་འདྲོད་སྟེ་ཆོས་མདའ་ལ་བསྟོན་པ་ཡིན་པར་  
 འབྲེལ་པ་སྟེ་མ་ཀྱན་ལས་བཤད་ཀྱང་། གྲངས་ཅིམ་ལ་  
 བསྟོན་པ་ཡིན་གྱི་མདའི་ངོ་བོ་ལ་མ་བསྟོན་པས། འདི་ནི་  
 འདྲོད་སྟེ་ཆོས་མདའི་གྲངས་ཀྱི་ཆོས་ལྔ་ཡིན་པའམ། ལྔ་པ་  
 དེས་པ་ལ་བསྟོན་ནས་སྟོང་ཕྱག་ཡོད་པར་སྟོན་པའི་  
 ཕྱིར་ཆོས་ལ་བསྟོན་དོར་བ་ཡིན་ཞེས་རྒྱ་འབྲེལ་ནས་  
 བཤད་དོ།

སྐབས་འདིར་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས། བསྟོན་དོར་དག་  
 ནི་ཅུང་ཟད་བསྟོན། །བྱས་ནས་དོན་གཞན་སྟོན་པ་  
 སྟེ། །ཞེས་བཅོས་ནས་དེའི་དོན་འདྲོད་སྟེ་ཆོས་མདའ་  
 ལྔ་པ་བསྟོན་ནས། ཆོས་གཞན་སྟོང་ཕྱག་ཡོད་ཅེས་པ་

འདི་ཡང་ཅུང་ཟད་ཞེས་པའི་རྒྱས་པ་ཡིན་གྱི། གཞན་དུ་  
 ན་སྟོང་ཕྱག་ཡོད་པ་ལ་ལྷ་ཡོད་པས་བྱབ་སྟེ། དེ་སྐྱབ་པ་  
 ལ་འབྲས་ཏྲགས་སུ་འགྱུར་བས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལ་  
 བྱི་འགྲེལ་ཀུན་ན་དཔྱད་པ་མེད་པར་ཞག་འདུག་ཀྱང་།  
 ཅུང་ཟད་ཅེས་པའི་དོན་འགྲེལ་པ་གཞན་ན་མི་གསལ་  
 བ་གཞུང་དོན་ཡིན་པས་ངེས་པར་བསམ་དགོས་པ་  
 ཕྱགས་མད་ཀྱང་། གཞུང་གི་འགྱུར་བཅོས་དང་འགྲེལ་  
 ཚུལ་དེ་ཤིན་ཏུ་མི་འཐད་ཏེ། ཅུང་ཟད་ཅེས་པ་དོན་  
 གཞན་ལ་སྦྱར་རྒྱ་ཡིན་གྱིས་བསྟོན་དོར་བ་ལ་སྦྱར་ནས་  
 ཅུང་ཟད་བསྟོན་ཅེས་པ་གཞུང་གི་དགོངས་དོན་མ་ཡིན་  
 པས་དགོས་པ་མེད་བཞིན་དུ་གཞུང་གྱི་ཆོམས་སུ་  
 དཀྱགས་ནས་ཅི་ཞིག་བྱ། ཅུང་ཟད་བསྟོན་པའི་དོན་  
 སྟོང་ཕྱག་ཡོད་པ་ལ་ལྷ་ཡོད་པས་བྱབ་པ་སོགས་ཀྱང་གྱི་  
 ན་ཅམ་སྟེ། འདོད་པའི་སྟ་དེ་མདའ་ལྷ་པ་ཅན་ཡིན་པ་  
 ལ་བསྟོན་གྱི། སྟོང་ཕྱག་ཡོད་པ་ལ་ལྷ་ཡོད་པས་མ་བྱབ་

ཅེས་བསྟོན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འོ་ན་གང་ཡིན་ཞེ་  
ན། སྤེད་པ་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་བའི་རྣམ་པ་ཡོད་པ་དེ་བརྗོད་  
པར་འདོད་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་སྤྲོས་དངོས་སུ་མ་སྟོས་པར་  
མདའ་ལྔ་པ་མེན་སྟོང་ཕྱག་ཡོད་ཅེས་པའི་ཤུགས་ལས་  
དོན་གཞན་རྣམ་པ་དེ་ཅུང་ཟད་སྟོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་ནི།

ཅུན་ཟླ་འོད་དལ་བྱ་ཡི། །

སྟོ་ཕྱགས་དྲི་ཡི་བཞུག་པ་འདི། །

མེ་ཡི་རང་བཞིན་སྟོ་བ་སྟེ། །

གཞན་གྱི་དོར་ནི་བསལ་ཞེས་གྲག།

ཅུན་དང་ཟླ་བའི་འོད་དང་སྟོ་ཕྱགས་མ་ལ་ཡའི་དྲི་  
བཞུག་ཏེ་རྒྱང་དལ་བྱར་རྒྱ་བ་འདི་རྣམས་བདག་སྟེག་  
པར་བྱེད་པ་མའི་རང་བཞིན་སྟོ་ཞིང་གཏུང་བ་དྲག་

པོའི་སྐྱེད་བྱེད་ཡིན་པར་མངོན་སུམ་དུ་ཉམས་སུ་སྦྱང་  
 བས་རྟོགས་པ་འདི་ལྟ་ན་ཡང་སྐྱེ་བོ་གཞན་བྲལ་བས་  
 ཉན་པའི་འདོད་ལྡན་མ་ཡིན་པ། སེམས་རྣལ་དུ་གནས་  
 པ་དག་གི་ངོར་ནི་བསེལ་ཞིང་དགའ་བ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
 ངོ་ཞེས་གྲག། ཅེས་པས་ཅུན་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམ་  
 བསེལ་བ་འདོད་ལྡན་རང་ཉིད་གྱི་ཡུལ་ལ་ནི་ཐོས་པ་  
 ཅམ་གྱི་ཡུལ་དུ་བཞག་པས་ཆ་ཞིང་སྲེག་པར་བྱེད་པ་  
 དངོས་སུ་མཐོང་བཞིན་པ་ཉིད་སྤར་ཡང་གསལ་བར་  
 བྱེད་པའི་ཆོག་སྟེ། དེས་དོན་གཞན། བྲལ་བས་ཉན་པའི་  
 གདུང་བ་ཉིད་ཅུང་ཟད་བསྟན་པའོ།

འདིའི་གཞུང་ཆོག་ཤོང་འབྱུར་དུ་གཞན་གྱི་ངོར་ན་ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ཉིད་དཔང་ལོས་གཞན་གྱི་ངོར་ནི་ཞེས་བཅས་  
 པ་ལྟར་འདིར་ཡང་བཀོད། དེ་བཞིན་དུ་གཞུང་ལ་ལར་  
 བསེལ་ཞེས་གྲགས། ཞེས་བྲིས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་དུ་ཇི་



ལྷར་གྲགས་པ་ནི་རེ་ཞིག་བདེན་པ་བྱ་དགོས་པས་  
བསྟོན་དོར་འཇིག་པའི་ཕྱིར། འདིའི་སྐབས་དོན་ནི། ནི་  
དགར་བ། ལོ་གྲག་ཟེར་གསུམ་གཞན་འདོད་འགོད་པའི་  
ཆོག་ཡིན་པར་སྟེ་ལ་གྲགས་པ་ལྷར། འདིར་ཡང་གཞན་  
དོར་བསེལ་བ་སྟོན་བྱེད་དེ། ཆོག་དེ་སྐད་བྲལ་བའི་  
གདུང་བས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་འདོད་ལྡན་འགའ་ཞིག་  
གིས་སྒྲས་པ་ལྷར་བྱས་པའོ། །

དེ་བཤད་པ་ནི།

འདོད་ལྡན་གྱིས་ནི་གཞན་ལ་དེ། །

བསེལ་བར་ཁས་སྒྲངས་བདག་ཉིད་ལ། །

ཆ་བ་ཉིད་དུ་རབ་བསྟན་ཕྱིར། །

འདི་ནི་ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་རོ། །

འདིར་ཅ་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་ཚས་བསེལ་བའམ།  
 ཚ་བ་དེ་རེག་བྱ་མྱོང་མཁན་གྱི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཡུལ་དུ་  
 བཞག་ནས་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་འདོད་ལྡན་འགའ་ཞིག་  
 གིས་རང་ལས་གཞན་པ་བྲལ་བའི་གདུང་བས་མ་བསྐྱད་  
 པའི་ཕྱིར། སེམས་རྣལ་དུ་གནས་པ་དག་གི་དོར་བསེལ་  
 བར་ཁས་སྒྲངས་ནས་ཡིན་ལྷགས་ལྟར་དུ་བརྗོད་གྱི་  
 བསྟོན་དོར་བར་མ་བྱས་ཀྱང་། རང་ཉིད་གྱི་ཡུལ་ཁོ་ན་  
 ལ་སྟོས་ནས་དངོས་པོའི་ངོ་བོ་བསེལ་བ་ལ་བསྟོན་ནས་  
 ཚ་བའི་རང་བཞིན་དུ་ཁས་སྒྲངས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡུལ་གྱི་  
 བྱད་པར་ལ་སྟོས་ནས་བསྟོན་པའི་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་བསྟོན་  
 དོར་ཞེས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་ནི།

བདུད་རྩི་ཟག་པའི་འོད་ཟེར་ཅན། །

ཟླ་བ་ཞེས་པར་བདག་ཅིག་འདོད། །

དོན་གྱི་བདག་ཉིད་འདི་ནས་གཞན། །

དུག་ཟག་ཟེར་དང་ལྷན་པ་ཉིད། །

བདུད་ཚི་ཟག་པའི་འོད་ཟེར་ཅན་གྱི་དངོས་པོའི་བྱེ་  
བྲག་གཅིག་ལ་ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་བར་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་  
ཤིང་། བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱང་འདོད་པ་ཡིན་པ་ལ་དོན་  
གྱི་བདག་ཉིད་ད་ལྟ་མཐོང་བཞིན་པའི་དངོས་པོ་རི་  
བོང་ཅན་འདི་ནི་བདུད་ཚིའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་  
དེ་ལས་གཞན་ཡིན་ཏེ། དེའི་འགལ་ལྷ་དུག་ཟག་པའི་  
རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལྷ་བ་ཞིག་གོ། ཞེས་པ་འདི་ཡང་བྲལ་  
བས་བསྐྱེད་པ་འགའ་ཞིག་གིས་སྤྲོས་པ་ལྟར་བྱས་པའོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

ཞེས་པ་ལྷ་བའི་ལྷ་དངོས་ཉིད། །

བསྐྱེད་ནས་དོན་གཞན་བདག་ཉིད་ནི། །

འདོད་པས་གཟེར་བ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། །

འདི་ནི་རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་འདོད། །

ཅེས་དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་འདི་ལ་ཟླ་བའི་ཟླ་དངོས་  
 ཏེ་ཟླ་བ་ཉིས་བཅུགས་སུ་སྟོས་པའི་དོན། འདིའི་རྒྱ་  
 དཔེར་ཟླ་བའི་སྐད་དོད་ཅན་དང་ཨིན་གཉིས་བྱང་  
 བོང་། བོད་སྐད་ལ་ཟླ་བ་ཞེས་པ་ཁོ་ན་ལས་མིང་གི་རྣམ་  
 གྲངས་གཞན་བརྗོད་མ་བདེ་བས་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་  
 ཅན་ལ་དངོས་པོ་ལ་ཏཱ་ཏཱ་དག་གོ། ཞེས་པའི་ཏཱ་འི་  
 རྒྱུན་དངོས་སུ་ཡོད་པ་སྤར་བོད་སྐད་ལ་ཉིད་ཅེས་  
 བསྟུར་བ་རང་སོར་བཞག་ནས་གོ་བདེ་བའི་ཕྱིར་ཟླ་  
 དངོས་ཞེས་ཅུང་ཟད་འགྱུར་བཅས་པ་སྟེ། གོ་དོན་ནི་  
 བདུད་ཅིའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གཙོ་བོའི་ཟླ་བ་དངོས་  
 ཉིད་ཡིན་པ་བསྟོན་ཅིང་བཀག་པ་སྟེ། དེ་ལ་བསྟོན་ནས་  
 སལ་པ་བཏགས་པའི་ཟླ་བ་གཞན་དུག་ཟག་པའི་ཟེར་

དང་ལྷན་པ་དེ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ལས་  
 རོན་གཞན་ཆོག་དེ་སྐད་དུ་སྤྲོ་བ་པོ་ཉིད་འདོད་པས་  
 གཟེར་བ་བརྗོད་པ་སྟེ། འདི་ཉལ་བྱ་ནི་ཟླ་བའི་རང་བཞིན་  
 བདུད་ཅིའི་བདག་ཉིད་ལ་བསྟོན་པའི་བྱེད་རང་བཞིན་  
 བསྟོན་དོར་དུ་འདོད་དོ། །དེས་ན་དཔེར་བརྗོད་སྔ་བྱི་  
 འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་སྔ་མ་ནི་ཡུལ་འགའ་ཞིག་ལ་  
 ལྟོས་ནས་བསྟོན་གྱི། ཅན་ཅན་སོགས་ཀྱི་རང་གི་རང་  
 བཞིན་ལ་མ་བསྟོན་པ་དང་། བྱི་མ་ནི་ཡུལ་ལ་ལྟོས་པ་  
 མེད་པར་ཟླ་བ་རང་གི་རང་བཞིན་ལ་བསྟོན་པའི་བྱུང་  
 པར་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་འདི་ལ་རྗེ་བོད་མཁས་པས།  
 དཔེར་བརྗོད་སྔ་མ་ལ་བཤད་པའི་རྣམ་གྲངས་གཉིས་  
 མཛད་པའི་གཙོ་བོ་དབང་ཡུལ་ལྔའི་ཡ་རྒྱལ་རེག་བྱ་  
 བསེལ་བ་ཆ་བ་བསྟོན་དོར་བས་ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་  
 དང་། བྱི་མ་འདི་ཟླ་བ་ཉིད་ཟླ་བ་མིན་ཅེས་ངོ་བོའམ་  
 རང་བཞིན་ལ་བསྟོན་པའི་བྱུང་པར་ཡིན་ཞེས་གསུངས་

བ་ནི་མི་འཐད་དེ། དབང་ཡུལ་ལྷའི་ཡ་གྲུལ་གྱི་རིག་  
 བྱའི་ཡུལ་ལ་བསྟོན་པས་ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་གྱི་མིང་  
 འདོགས་བྱང་བ་སོགས་བྱགས་རིག་གི་རྩལ་ལས་  
 འབྱུངས་པའི་བཤད་པ་རྣམ་པ་འགྲིག་འགྲིག་འདྲ་བར་  
 སྒྲུང་ཡང་། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་བྱུངས་མེད་པ་དང་། དེ་  
 ལྟ་ན་དཔེར་བཅོལ་བྱི་མ་དང་དབྱེ་བ་མེད་པར་ཡང་  
 འགྱུར་ཞིང་། རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་ལ་ཟླ་བ་ཉིད་ཟླ་བ་  
 མེན་ཞེས་བསྟོན་པ་གཞུང་གི་ཚིག་ཟེན་ལ་མེད་པ་མ་  
 ཟད། དོན་གྱི་བདག་ཉིད་འདི་ནི་གཞན། ཞེས་དངོས་གྱི་  
 ཟླ་བ་ལས་གཞན་པ་བཏགས་པའི་ཟླ་བ་ཉིད་དུ་བཅོལ་  
 བར་འདོད་པ་དངོས་སུ་གསལ་ཞིང་། ཟླ་བ་མེན་ཞེས་  
 བསྟོན་ན་དུག་ཟག་ཟེར་དང་ལྷན་ཞེས་པ་ཡང་མ་  
 འབྲེལ་ཞིང་། འདི་ནི་གདོང་མེན་འདི་པདྨ། སོགས་ཀྱང་  
 རང་བཞིན་བསྟོན་དོར་དུ་འགྱུར་བ་དང་། ཟླ་བའི་ཟླ་བ་  
 ཞེས་པའང་དགོས་པ་མེད་བཞིན་དུ་མིང་གཉིས་སྒྲིས་

པར་འགྱུར་བ་དང་། །ཡུལ་ལ་བསྟོན་དོར་ཞེས་པའང་  
འདོད་ལྡན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡུལ་ལ་སྟོས་ནས་བསྟོན་དོར་  
བའི་དོན་གྱིས་དེ་ལྟར་བཏགས་པར་གཞུང་ཆོག་དཔེར་  
བརྗོད་ཀྱི་བཤད་པ་ཁོ་ན་ལ་དབྱུང་པས་ཀྱང་ཤེས་པར་  
རྒྱས་པ་སོགས་སྐྱེ་མཆོན་དུ་མའི་སྟོན་སྐྱེ་འགྲེལ་གྱི་  
དགོངས་པ་འདིར་བཀོད་པ་ཁོ་ན་ལེགས་སོ། །

གསུམ་པ་བཤད་ཅིན་དྲན་པ་ལ་སྦྱར་ཏེ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དཔེ་ཡི་བསྟོན་དོར་སྤར་ཉིད་དུ། །

དཔེ་རྣམས་ལ་ནི་རབ་བསྟན་ཏོ། །

འདི་ཡིས་བསྟོན་དོར་དབྱེ་བ་རྣམས། །

མཆོ་བྱ་དག་ལ་སྐྱེ་ཆེར་མཆོན། །

དཔེ་ཡི་བསྟོན་དོར་ནི་སྤར་དཔེ་རྒྱུ་གྱི་སྐབས་སུ། ཟླ་བ་  
ལ་ནི་སྟོན་གདོང་དང་། །འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་ནམ་ཡང་

མེད། །ཅེས་གདོང་ལས་སྟག་པའི་དཔེ་ཟླ་བ་ལ་བསྟོན་  
ནས། དེས་ཁྱོད་གདོང་ལ་འགྲན་པའི་རྒྱས་པ་མེད་ཅེས་  
བརྗོད་དེ། དགག་པའི་དཔེ་ལ་བསྟོན་ཟིན་ཏོ།

དེ་ལྟར་བཤད་ཟིན་པ་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་བསྟོན་  
དོར་གྱི་དབྱེ་བ་གཞན་རྣམས་ལའང་རྒྱ་ཆེར་མཆོན་ཞིང་  
བཟུ་བར་བྱའོ། །ཞེས་པ་མཆོན་པའི་ཕྱིར་རྒྱ་སྒྲིལ་  
འགྲེལ་པར་དཔེར་བརྗོད་འགའ་ཞིག་བསྟོན་པ་ལས།  
ཐམས་ཅད་བསྟོན་དོར་ནི། འགྲོ་འདི་ཐམས་ཅད་མཛའ་  
མ་སྟེ། འགྲོ་བ་ཞེས་བྱ་ཅི་ཡང་མེད། །དེ་ལྟར་ཡང་  
སེམས་དགའ་བྱེད། །དྲངས་བ་མ་ཡིན་མཛའ་མ་མིན། །

རྒྱ་ལ་བསྟོན་དོར་ནི། མཛའ་མ་ཉིད་མིན་འགོག་བྱེད་  
ཉིད། །དེ་ནི་བཅེ་བ་མེད་པ་ཡི། །སྒྲོ་བ་ཉིད་ནི་ཉེན་བྱེད་  
ཅིང་། །གཏུམ་མོ་འགའ་ཞིག་གསལ་བར་བྱེད། །སྟོན་པ་  
གཙོ་བོའི་བསྟོན་དོར་ནི། །རྒྱ་མ་གཉིས་འདི་ཁྱོད་ཁྱུང་



མིན། །འདྲེན་པར་དགའ་བ་འདི་ཡིས་ཅི། །ཅི་བྱུང་སྟོག་  
 ལྡན་ལུས་ཕྱ་མ། །འདི་ཡིས་མཚར་དུ་འདོད་མ་  
 ཡིན། །ཞེས་པ་སྟེ་ཆོག་མཆོག་བཅད་དང་པོ་འདིར་འགྲོ་བ་  
 ཐམས་ཅད་མཛའ་མོ་མ་གཏོགས་འགྲོ་བ་གཞན་མིན་  
 པར་བྱས་ནས་སྤར་ཡང་སེམས་དགའ་བ་དང་འདོད་  
 པར་བྱེད་པའི་མཛའ་མོ་འང་མིན་པར་བྱས་པས་ཐམས་  
 ཅད་བསྟོན་དོར་དང་། ཆོག་བཅད་གཉིས་པར། འདོད་  
 པ་བསྟོན་པའི་རྒྱ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཡིན་པ་ལ་གྲོགས་མོ་དེ་  
 ཁོངས་ལྡན་འགོག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དང་། བརྩེ་བ་མེད་  
 ཅིང་ཁྱོ་བར་བྱེད་པའི་བྱེད་མེད་ཀྱི་གནས་སྐབས་གསལ་  
 བར་བྱེད་དོ་ཞེས་འདོད་པ་སྟེ་བའི་རྒྱ་ལ་བསྟོན་པ་དང་།  
 ཆོག་མཆོག་བཅད་གསུམ་པར། བྱེད་མེད་ལང་ཆོ་ཅན་ལུ་  
 བྱུང་གྱིས་ཕྱི་བ་བརྗོད་པ་ནི་སྟོན་པ་གཙོ་ཆེ་བའི་བརྗོད་  
 རྒྱུ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལ་བསྟོན་ནས་ལུ་བྱུང་འདེགས་  
 དགའ་བ་འདི་ནི་བྱེད་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་བྱུང་དུ་མི་འོས་ཏེ་

སྟོག་ཆགས་ལྟས་སྤྱ་མ་ལ་དེས་འདོད་པར་བྱ་བའི་ཡུལ་  
བྱང་དུ་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་པའི་དོན་དོ། །

སྐབས་འདིར་དཔེའི་བསྟན་དོར། དཔེ་རྣམས་ལ་བསྟན་  
ཟིན་ཅེས་པ་དེ་ངོས་འཛིན་པ་ན་ལྟ་འཇིག་རྟེན་དབང་  
ཕུག་གིས་ཆོས་ཡུལ་རང་བཞིན་ལ་བསྟན་དོར་དེ།

སྐབས་འདིའི་དཔེར་བརྗོད་རྣམས་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ནི།  
ད་ལྟ་འཆད་བཞིན་པ་ལ་སྤར་བསྟན་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོས་  
པ་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྲོ་ཞིང་། འདི་རྣམས་ལ་དཔེའི་  
བསྟན་དོར་མེད་པ་དང་། དཔེ་རྣམས་ལ་ཞེས་པའང་མི་  
འབྲེལ་ལོ། །པཎ་ཆེན་སརྩ་གླེས། གཟུགས་ཅན་བསྟན་  
དོར་སྤར་ཉིད་དུ། གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ། ཞེས་འགྱུར་  
བཅོས་པ་ཡང་མི་འཐད་དེ། རྒྱ་དཔེར་ཤུལ་ལྟ་ཞེས་  
དཔེའི་སྐད་དོད་དངོས་སུ་ཡོད་པ་དང་འགལ་བས་  
སྟོ། །རྗེ་བོད་མཁས་པས། གཟུགས་ཅན་ཡང་དཔེའི་བྱེ་

བྲག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་ཅན་བསྟོན་དོར་ཉིད་ལ་  
 དཔེའི་བསྟོན་དོར་གྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་པར་  
 བཞེད་པའང་གཟུགས་ཅན་བསྟོན་དོར། འདི་ནི་གདོང་  
 མིན་སྐྱེས་དཔེ་ཅན་ལ་བསྟོན་གྱི་དཔེ་ལ་བསྟོན་པ་མ་  
 ཡིན་པས་དཔེའི་བསྟོན་དོར་དུ་འགྱུར་པ་ག་ལ་རིགས།  
 ཡང་འགྲེལ་པ་བྱར་གིང་དུ། རྩིས་པ་དང་བསྟོན་དོར་  
 རོ་བོ་གཅིག་པའི་ཕྱིར་སྤར་རྩིས་པའི་དཔེ་ལ་བསྟན་  
 ཟེན་ཞེས་དང་། དཔང་རྒྱུ་དུ་བཤད་པ་ནི་ཡིག་མོར་  
 ཡིན་མཆི། ཞེས་བཀག་པའང་མི་འཐད་དེ། ཤེས་བཞིན་  
 བསྟོན་དོར་བ་དང་། མ་ཤེས་ནས་རྩིས་པ་གཉིས་རོ་བོ་  
 གཅིག་པར་ག་ལ་འགྱུར། དེ་ལྟ་ན་བསྟོན་དོར་གྱི་དཔེ་  
 དང་རྩིས་པའི་དཔེ་ཞེས་གཞུང་འདིས་སོ་སོར་དཔེར་  
 བརྗོད་པའང་རྩིས་པའི་སྟོན་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར།  
 དེས་ན་རྒྱ་འགྲེལ་ལས་བཤད་པ་དང་དཔང་རྒྱུ་མཐུན་  
 པས་འདི་ཡང་དེ་དག་གི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ཡིན་ནོ།།

དོན་རྒྱ་ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་པ། སྤྱི་བའི་རྒྱ།

ཉི་ཤུ་ཙ་བཞི་པ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་ལ་བཞི། མཚན་ཉིད་སྤྱི་  
བསྟན། ཚོག་ཐ་དད་མིན་པའི་སྤྱི་བ་དང་། ཐ་དད་  
ཚོག་འདྲའི་སྤྱི་བ་གཉིས་དཔེར་བཞིན། བཤད་ཅིན་  
དུན་པ་ལ་སྤྱི། སྤྱི་བའི་བྱད་པར་གཞན་བདུན་  
བཤད་པའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྤྱི་བསྟན་པ་ནི།

སྤྱི་བ་གཟུགས་གཅིག་ལྡན་པའི་ཚོག།

དུ་མའི་དོན་ཅན་ཉིད་དུ་འདོད། །

ཚོད་བྱེད་ཚོག་གམ་སྤྱི་གཟུགས་གཅིག་གང་ལྡན་པ་རྒྱ་  
སྐད་ལྟར་ན་ཚོག་སེ་སོགས་དང་ཉི་སོགས་ཀྱི་མཐའ་  
ཅན་གང་རུང་གང་ཞིག་བཞིན་བྱའི་དོན་གཉིས་ལ་  
སོགས་པ་དུ་མའི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་སྤྱི་བ་སྤྱི་  
མཚན་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ཆོག་ཐ་དད་མེན་པ་དང་ཐ་དད་ཆོག་འདྲའི་  
སྐྱར་བ་དང་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ། དང་པོ་མིང་གིས་དབྱེ་  
བ་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ཆོག་ཐ་དད་མེན་པ་དང་།།

ཐ་དད་ཆོག་འདྲ་རྣམ་པ་གཉིས། །

དོན་གཉིས་ཀ་ལ་ཆོག་གི་གཅོད་མཆམས་ཐ་དད་མེན་  
པར་གཅིག་པ་ནི་ཆོག་ཐ་དད་མེན་པའི་སྐྱར་བ་དང་།  
གཅོད་མཆམས་འགའ་ཞིག་ཐ་དད་པས་ཆོག་གི་དོན་མི་  
འདྲ་བ་གཉིས་སམ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་ཞིང་། ཐ་  
དད་པའི་ཆོག་དེ་རྣམས་ཀྱང་གཟུགས་གཅིག་ཉིད་དུ་  
འདྲ་བ་དེ་ནི་ཐ་དད་ཆོག་འདྲའི་སྐྱར་བ་སྟེ་རྣམ་པ་  
གཉིས་སུ་དབྱེའོ། །དེ་ལས་དང་པོ་ཆོག་ཐ་དད་མེན་པའི་  
སྐྱར་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་སྐ་བྱ་ད་ཡ་སྐ་རྩ་རྩོ།

ཀའི་སྐ་ན་རྩ་མཐུ་ལ།

རྩ་རྩ་ཏ་ར་ཏི་ལ་ཀ་སྒ།

ཏི་ད་ཡི་ཐི་དུ་རྩོ་ཀ་རི།

ཞེས་པའི་བོད་སྐད་དུ།

ལྷ་ད་ཡ་གནས་མཛེས་པ་ཅན།

དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཆགས་སྐལ་པོ་འདི།

ཐི་དུ་ཀ་རས་འཇིག་ཏེན་གྱི།

ཡིད་ནི་རབ་དུ་འཕྲོག་པར་བྱེད།

རྩ་རྩི་སྐ་ལྷ་བ་དང་སྐལ་པོ་ལ་འཇུག་པ་སྐ་སྐར་ཏེ་  
བྱད་གཞིའོ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་ཆས་ན་མས་ཀྱང་རིམ་  
པས་སྐའི་ངོར་བྱས་ཏེ་སྐར་བ་ནི། ལྷ་ད་ཡའི་སྐ་སྐལ་པོ་

ལ་འབྲུག་པའི་སྐབས་སུ་དར་བཞིན་པའི་རྒྱལ་མིང་ལ་  
 གནས་པ་སྟེ། ཡང་ཚེ་དར་བ་ལ་འབྲུག་པ་སོགས་རྒྱ་  
 འབྲེལ་ནས་མ་བཤད། ཟླ་བའི་སྐབས་ཤར་གྱི་རི་བོ་ལ་  
 འབྲུག་ ཀའྲི་མུན་ཞེས་པ་བོད་སྐད་མཛེས་པ་ཅན་ཏེ།  
 རྒྱལ་པོ་ལ་ཀུན་དང་མཐུན་པའི་མཛེས་པའམ་གཟུགས་  
 བཟང་བའི་མཛེས་པ་དང་། ཟླ་བ་ལ་འོད་གྱི་མཛེས་  
 པའོ། །རྟ་མཚུལ་ཞེས་པའི་རྟ་ཆགས་པ་དང་དམར་  
 བ་སོགས་ལ་འབྲུག་ཅིང་མཚུལ་དགྱེལ་འཁོར་ཏེ། དེ་  
 ཡང་རྒྱལ་པོའི་སྐབས་སུ་འཁོར་གྱི་དགྱེལ་འཁོར་ལ་  
 ཆགས་པ་སྟེ་མངའ་འབངས་ལ་བྱམས་པ་དང་། ཡང་ན་  
 འཁོར་འབངས་ལུན་སུམ་ཚོགས་པ། ཟླ་བའི་སྐབས་སུ་  
 ཤར་མ་ཐག་པའི་དགྱེལ་འཁོར་དམར་བ་ལ་འབྲུག་ཅེས་  
 རྩོན་གྱི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་ཀྱང་དོན་འོད་གྱི་  
 གུར་བྱིམ་དམར་བ་ལ་འབྲུག་ མི་དུ་ཀ་ར་རྒྱལ་པོའི་  
 སྐབས་འཇམ་པའི་དབྱ་སྟེ་དུག་ཆ་ལ་སོགས་པའི་ཁྲལ་

རན་པར་སྤྱད་པ་དང་། ཟླ་བའི་སྐབས་འཇམ་པའི་འོད་  
 དེ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲ་སྒྱར་བ་འབའ་ཞིག་ལ། དེ་  
 རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཡིད་འཕྲོག་སྟེ་དགའ་བར་  
 བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དོན་གཉིས་ཀ་ལའང་ཆོག་གི་  
 གཙོད་མཆམས་གཅིག་པས་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུའི་དོན་གཅིག་  
 ལ་སྒྱུར་བའི་ཆོག་དེ་ཅིག་ཤོས་ཟླ་བ་ལྟ་བུ་ལ་སྒྱུར་བ་  
 རེའང་གཙོད་མཆམས་ཐ་དད་པ་མེད་པས་ཆོག་གི་  
 དཀྱིལ་དུ་གཙོད་མི་དགོས་པའོ། །དེས་ན་སྒྱུར་ཚུལ་གྱི་  
 དོན་ཡོངས་རྫོགས་བོད་ལ་སྐད་གྱི་རང་བཞིན་གྱིས་  
 བསྒྱུར་དུ་མི་བཟུབ་ཅིང་། ཤར་བ་ལ་གནས་མཛེས་པ་  
 ཅན་དང་། འཇམ་པའི་དབྱ་ཡིས་འཇིག་རྟེན་གྱི། །སྐྱུགས་  
 ཕྱོགས་རེ་བར་བསྒྱུར་ན་སྒྱུར་རྒྱན་གྱི་རྣམ་པ་འཇིག་པས་  
 ལེགས་སྒྱུར་ཉིད་རང་སོར་བཞག་པ་ལེགས་སོ། །  
 གཉིས་པ་ཐ་དད་ཆོག་འདྲའི་སྒྱུར་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར།



དོ་ཕུ་ཏ་སྤྲ་ཆུ།

ན་ཁྲ་ཏ་པ་ད་མཆི་ན།

རྒྱ་རྒྱ་པ་དོ་ཁོ་མ་མེད།

མ་བྱེ་ཡི་ཀ འདི་ཉིད་བོད་སྐད་ལ་བྱད་གཞི་རྒྱལ་པོའི་  
ཕྱོགས་སུ་འཇུག་པའི་ཆོགས་བཅད་གཅིག་དང་། བྱད་  
གཞི་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་གཅིག་  
དང་། བྱེ་མ་ལའང་འགྲེལ་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་གཞུང་  
ཀླང་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་འདོན་ཚུལ་ཅུང་  
ཟད་ཐ་དད་པའི་བྱད་པར་ཅན་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལས།  
དང་པོ་རྒྱལ་པོ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བ་ནི།

རྒྱལ་རིགས་ལམ་ལ་མི་གནས་པ།

རྒྱལ་པོ་སྐྱོན་གྱི་འབྱུང་གནས་དང་།

བསྐྱོངས་ནས་སྒྱུ་མང་དག་གིས་བདག །

དགའ་མེད་འདི་ལྟར་ཅིས་མ་མནར། །

རྩ་རྩྭ་རྒྱལ་པོ་སྟེ་བྱང་གཞི། བྱང་ཆོས་ལྷ་ཏ་རྒྱལ་རིགས།  
པ་ཐ་ལམ། ལྷ་རྩ་རྩ་འཇུག་པ། དེ་དག་གི་སྒྱུ་རྩ་དགག་  
པའི་ན་ཉའི་ན་བཞག་པས་རྒྱལ་རིགས་ལམ་ལ་མི་འཇུག་  
ཞེས་གྲུབ། དོ་ཤ་སྒྱུ་ལྷ་ཀ་ར་འབྱུང་གནས། མཆོམས་  
སྒྱུར་བས་དོ་ཤ་ཀ་ར། སྒྱུར་ཡང་བྲ་མང་པོ། དོ་ཤ་སྒྱུ་  
སྒྱུ་རྩ་བསྐྱོངས་ནས། ལྷ་ལྷ་བདག ཞིབ་འདི་ལྟར། མ་  
བྲི་ཡི་དགའ་མེད། ཀེ་ཅིས། ན་བྲ་རྩ་ཏི། མ་མནར་  
རོ། །དེ་ཡང་རྒྱལ་རིགས་ཀྱི་ལམ་སྟེ་ལྷགས་སྒྱུ་བཟང་པོ་  
ལྷགས་པར་སྒྱུང་ཞིང་། དན་པ་ཆར་གཙོད་པ་ལ་སྒྱུ་  
པའི་ཆོས་ལྷགས་ལ་མི་གནས་པའི་རྒྱལ་པོ་འདི། སྒྱུ་  
གདུག་རྩ་བ་དང་སེར་སྒྱ་ལ་སྒྱུ་པའི་འབྱུང་གནས་སྒྱེ་  
བོ་དན་པའི་མཆོམ་ཉིད་དང་བསྐྱོངས་ནས། ཇི་སྐད་དུ།

དབུ་མ་བཞི་བརྒྱ་པར། རྩོན་གྱིས་ས་བདག་དགོ་རྣམས་  
 གྱིས། །འཇིག་རྟེན་བྱ་བཞིན་ལེགས་བསྐྱེདས་པ། །ཚུང་  
 ཏུས་ཚས་ལ་བསྟེན་རྣམས་གྱིས། །དེང་སང་རི་དྲགས་  
 དགོན་པར་བྱས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མངའ་འབངས་  
 གྱི་སྐྱེ་བོ་ཉམ་ཆུང་བདག་ཅག་རྣམས་གཞོན་པ་མ་བྱས་  
 པར་ཡང་ཆར་གཙོན་པ་ཁོ་ནས་དགའ་བ་མེད་པར་  
 འདི་ལྟར་ཅིས་མ་མནར་ཏེ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་མནར་རོ། །ཞེས་  
 པའོ། །

གཉིས་པ་བྱུང་གཞི་ལྷ་བ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱོགས་ཁོ་ན་  
 ལྟར་ཏུ་བོད་སྐད་ལ་བསྐྱེད་ན།  
 རྒྱ་སྐད་ལམ་ལ་རབ་གནས་པ། །  
 མཚན་མོར་བྱེད་པ་དང་འབྲེལ་ནས། །  
 སྔོན་ལྷ་ཡིས་ནི་བདག་འདི་ལྟར། །

དགའ་བ་མེད་པར་ཅིས་མ་མནར། །

ན་ལྟ་ཏུ་རྒྱ་སྐར། པ་ཐ་མ་ལམ་སྟེ། རྒྱ་སྐར་ལམ་ནི་ནམ་  
 མཁའི་མིང་གི་མངོན་བརྗོད་དང་། ལྷོ་རྒྱ་རབ་ཏུ་  
 འཇུག་པའམ་རབ་ཏུ་གནས་པ་ཡིན་པས། རྒྱ་སྐར་ལམ་  
 ལ་རབ་འཇུག་པ། ཞེས་པའི་དོན་དང་། མཚན་མོར་  
 བྱེད་པ་སྒྲ་བའི་དངོས་མིང་ཀྱང་ཡིན་པ་ལྟར་ན། ཉེ་མས་  
 ཉིན་མོར་བྱས་པ་ལྟར་སྒྲ་བས་མཚན་མོར་བྱས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཀྱང་སྒྲ་བ་འོད་འབྱེན་པའི་དུས་མཚན་མོ་ཡིན་  
 པས་མཚན་མོར་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་ཐ་སྙད་ཅིས་བྱས་པ་  
 ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིར་ནི། དོ་ལྟ་ཀ་ར་སྒྲ་  
 བའི་མིང་ཡིན་པར་མ་བྱས་པར་བྱེད་ལས་ཅིས་ལ་  
 འཆད་དགོས་པ་རྒྱ་འབྲེལ་ན་གསལ་ལོ། དེས་ན་དོ་ལྟ་  
 མཚན་མོ། ཀ་ར་བྱེད་པ་སྟེ་མཚམས་སྒྱུར་ལ་མ་སྟོས་པའི་  
 དོ་ལྟ་ཉིད་ཐོག་མ་ནས་རིང་པོ་ཡིན། སྐྱེ་ལྡན་འབྲེལ་པ།

བྲ་དོ་ཁྲ་མཚན་མོའི་དང་པོ་སྟེ་སྟོང་། རྩ་རྩྭ་ལྷ་བ་སྟེ་བྱང་  
 གཞི། ཚོག་ལྷག་མ་རྩམས་དཔེར་བཅོལ་སྟེ་མ་དང་  
 མཚུངས་སོ། དེ་ཡང་གོ་དོན་ནི། བྱང་གཞི་རྒྱལ་པོ་སྟེ་ལྷ་  
 བ་འདིས་རྒྱ་སྐར་གྱི་ལམ་མཐའ་ལ་རབ་དུ་གནས་  
 པའམ་འཇུག་བཞིན་དུ། མཚན་མོའི་དང་པོ་སྟོང་གྱི་  
 དུས་ལ་བབས་པ་ན་བྲལ་བས་ཉན་པའི་འདོད་ལྡན་  
 བདག་འདི་ལྟར་དགའ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དུ་ཅིས་  
 མ་མནར་ཏེ་མནར་རོ་ཞེས་པའོ། །ཡང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་  
 འཆད་ལུགས་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ལ་གཞུང་ཚོག་  
 གཞན་རྩམས་འདྲ། ཀླང་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་  
 མི་འདྲ་བའི་བྱང་པར། མཚན་མོའི་གནས་དང་འབྲེལ་  
 བ་ཡི། སྟོང་ལ་ལྷ་བས་བདག་འདི་ལྟར། ཞེས་དོ་ལྟ་  
 མཚན་མོ་དང་ཨ་ཀ་ར་གནས་ལ་བསྐྱར་ནས་མཚམས་  
 སྐྱར་བ་མཚན་མོའི་གནས་ཅན་དུ་བཤད། འདི་ལ་སྟེར་  
 ལོ་ཙྴ་བ་རྩམས་ཀྱིས། སྐྱེད་ལྷ་བཅོལ་པ་དང་། རྩ་རྩྭ་

ལ་བ་བསྐྱུར་ནས། མཚན་མོར་བྱེད་པ་དང་བསྐྱེད་ས་  
 ནས། རྩོད་ལ་ཡིས་ནི་བདག་འདི་ལྟར། ཞེས་བསྐྱུར་  
 མོད། སྤྱིར་རྩ་ཇོ་ལས་སྐྱབ་པའི་རྩ་རྩྭ་ཞེས་པ་ཟླ་བ་  
 དང་རྒྱལ་པོ་དང་ལ་བ་སོགས་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་  
 ཡོད་པ་ལས། འདིར་བྱེད་གཞི་ཕྱོགས་གཅིག་རྒྱལ་པོ་ལ་  
 འཇུག་པ་གཞིར་བཅས་དང་། དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱོགས་སུ་  
 ཟླ་བ་རང་ལ་བསྐྱུར་ན། རྡོ་རྒྱལ་ར་ཡང་མཚན་མོར་  
 བྱེད་པ་ཉེ་ཟླ་བའི་མིང་ཡིན་པར་བྱེད་པའི་བྱིར་བོད་  
 འབྲེལ་སྤྲུལ་མ་རྣམས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་བྱས་ཏེ། བསྐྱེད་ས་  
 ནས་ཞེས་པ་དང་སྤྱེལ་བས། ཟླ་བ་དང་ཟླ་བ་བསྐྱེད་ས་  
 ནས་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་གོ་དོན་འབྲེལ་མེད་ཞིག་ལས་མ་  
 བྱུང་ཞིང་། ལ་བ་ལ་བསྐྱུར་ན་ཡང་སྤྱོད་ཀྱི་ལ་བས་ཇི་  
 ལྟར་མནར་བའི་བཤད་པ་བྱར་མེད་ལ། ཡང་ན་འདོད་  
 ལྟར་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་འཕེལ་བའི་རྒྱུན་དུ་མི་འགྱུར་  
 བ་ཅི་ཡང་མེད་ཅིང་། དེ་རྣམས་བརྗོད་བྱར་བྱས་པ་

སྐབས་འདིར་མང་བའི་ཕྱིར། འདི་ལ་འང་འདོད་ལྡན་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་གོས་སུ་བྱས་པའི་ལ་བ་ལྟ་བུས་སྔོན་དུས་ཀྱི་  
 ཆོ་འདོད་པས་གདུང་བའི་རྒྱུན་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ལ་རང་  
 སྒྲིལ་གསར་དུ་སྐྱར་ནས་བཤད་ན་འགྲིག་རུང་ཅམ་ཡིན་  
 ཀྱང་། དེ་འདྲ་ཡོངས་ལ་མ་གྲགས་ཤིང་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་  
 ཀྱང་མ་བཤད་པར་གཞུང་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་བའི་  
 གསར་བཟོའི་བཤད་པ་ནི་རྟོག་མ་སྔོན་བ་ཁོ་ནར་ཟད་  
 ལ། གཞན་ཡང་སྔོན་ལ་ཞེས་བསྐྱར་བས་ནི་མཚན་མོར་  
 བྱེད་པ་བྱེད་ལས་ལ་བཞག་པའི་ཆོ། བྱད་གཞི་སྒྲ་བ་  
 དངོས་གཏན་ནས་མ་སྒྲིལ་པའི་ཕྱིར་བྱད་གཞི་མེད་པའི་  
 བྱད་ཆོས་དེ་བཞིན་འགྱུར་ཆད་པའི་ཉེས་པ་ཁོ་ནའོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་སྤྱོད་པའི་སྐྱ་སྐྱར་བ་འདི་ལ་ཡང་བོད་འགྲེལ་  
 རྣམས་སུ་བཤད་པ་མེད་པར་བཞག་འདུག་ཀྱང་སྐྱར་  
 བའི་གྲངས་སུ་ངེས་པར་བབྱང་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་  
 འོ། །དེས་ན་འདིར་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་ཇི་ལྟ་

བར་བྱས་ཏེ། རྩ་རྩེ་ལྷ་བ། སྤྲུལ་རྩ་རྩེ་ན་འབྲེལ་བ། རྩོ་ལྷ་  
 ཀ་ར་མཆན་མོར་བྱེད་པའི་བྱེད་ལས་སམ་མཆན་མོའི་  
 གནས་ཅན་དུ་བསྐྱུར་བས། ཉེས་པ་དེ་དག་ཁེགས་པར་  
 འགྱུར་བའི་བྱེད་ཀྱི་འཆད་ཚུལ་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་གྲངས་  
 དང་བཅས་འགྱུར་བཅོས་པ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་སྐད་སློབ་ཀྱི་གཅིག་བོད་སྐད་ཆོགས་སུ་  
 བཅད་པ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་སུ་བསྐྱུར་བ་དེ་ཐ་དད་ཆོག་  
 འདྲའི་སྐུར་བ་ཇི་ལྟར་འགྱུར་ན། རྩ་རྩེ་ཁེས་པ་ལྷ་བའམ་  
 རྩལ་པོ་སྟེ་བྱེད་གཞི་ཡིན། འདི་ལ་གཅོད་མཆོམས་ཐ་  
 དད་པ་མེད་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་ཆོས་རྣམས་རིམ་  
 པས་གཅོད་མཆོམས་ཀྱི་དབང་གིས་ཐ་དད་པ་ནི། རྩོ་ལྷ་  
 ཀ་ར་རྩལ་པོའི་སྐབས་སུ་དོ་ལྷ་སྟོན། ལྷ་ཀ་ར་འབྱུང་  
 གནས། ལྷ་བའི་སྐབས་སུ་དོ་ལྷ་མཆན་མོ། ཀ་ར་བྱེད་  
 པའམ། ཡང་ན་ལྷ་ཀ་ར་གནས་སོ། །ན་ལྷ་ཏ་སོགས་རྩལ་  
 པོའི་སྐབས་སུ་ན་དགག་ཆོག་ལྷ་ཏ་པ་ཐ་བཞིན་རྩལ་



རིགས་ཀྱི་ལམ་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ། ཟླ་བའི་སྐབས་སུ་ན་  
 ལྷ་ཏུ་ཞེས་རྒྱ་སྐར་གྱི་མིང་། སྤ་དོ་ཏུ་རྒྱལ་པོའི་ཆོ། སྤ་ནི་  
 ཉེར་བསྐྱར་ཏེ་མང་པོའི་དོན། དོ་ཏུ་སྐྱོན། ཟླ་བའི་ཆོ་སྤ་  
 དང་པོ་དོ་ཏུ་མཆན་མོ་སྟེ་སྤ་ལ་འཇུག་པས་ཁྱད་གཞི་  
 ལྷོགས་གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་ཆོག་གི་དཀྱིལ་དུ། ཅིག་  
 ཤོས་ལ་འཇུག་པ་ན་ཆོག་མཆམས་བཅད་ནས་འདོན་  
 དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་མཆམས་སྐྱར་དང་ཉེར་བསྐྱར་དང་  
 དགག་ཆོག་ཡོད་མེད་ཐ་དད་པའི་དབང་གིས་ཡིན་པས་  
 ཐ་དད་དང་། མཆམས་སྐྱར་གྲུབ་པའི་རྒྱ་སྐར་སྟོ་ཀ་  
 གཅིག་པོ་དེ་ལ་ཁྱད་གཞི་ལྷོགས་གཉིས་ཀའི་ཆོག་དོན་  
 མཉམ་པ་ཉིད་དུ་འདྲེས་པས་གནས་པའི་ཕྱིར་ན་ཆོག་  
 འདྲ་བ་སྟེ། དེ་བས་ན་ཐ་དད་ཆོག་འདྲའི་སྐྱར་བ་ཞེས་  
 བྱའོ། །འདི་དང་མཉམ་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར།  
 མཉམ་ཉིད་དཔེ་ནི། རྒྱ་སྐར་ལ་མཆམས་སྐྱར་ཁོ་ནས་ཐ་  
 དད་ལ་འདིར་དེ་གཅིག་ཕྱར་མ་ངེས་པར་དགག་ཆོག་

གང་ཉེར་བསྐྱར་ཡོད་མེད་ལ་སོགས་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་  
 ཐ་དད་པའི་བྱང་པར་དང་། སྐད་གཉིས་ཀ་ལའང་  
 མཉམ་ཉིད་དཔེ་ལ་སྐྱེད་ཚལ་དང་བུ་མོ་ལྟ་བུའི་དཔེ་  
 དོན་མཚུངས་པར་སྦྱས་པ་དང་། དེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་  
 སྐྱར་བ་སོགས་དགོས་ལ། འདྲིར་ནི་བྱང་གཞི་ཐ་དད་པ་  
 གཉིས་པའི་བྱང་གཞི་བྱང་ཚས་དག་སྒྲ་སྐྱར་བ་ཙམ་  
 ལས་དེ་གཉིས་འདྲ་བའམ་མཚུངས་པ་བརྗོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་མཚུངས་པ་  
 གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་ཡང་སྐྱར་མི་དགོས་པའི་བྱང་པར་  
 ཆེར་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་བཤད་ཟིན་དུན་པ་ལ་སྐྱར་བ་ནི།

དཔེ་དང་གཟུགས་ཅན་འགོག་པ་དང་། །

ལྷོག་པ་ཅན་སོགས་སྐྱེད་ཡུལ་ཅན། །

སྐྱུར་བ་གོང་དུ་བསྐྱོར་བེན་ཏེ།

ཞེས་པའི་དོན། བསེལ་བེར་ཅན་གྱི་འགྲན་ཟླ་  
དང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་དཔེའི་སྐྱུར་བ་དང་། ངང་  
པའི་རྒྱལ་པོས་ཉེར་སྐྱུང་འོས། སོགས་གཟུགས་ཅན་གྱི་  
སྐྱུར་བ་དང་། བདུད་ཚིའི་བདག་ཉིད་པསྐྱར་  
སྒྲུང་། སོགས་འགོག་པའི་དང་། ཁྱུང་དང་རྒྱ་མཚོ་དུ་བ་  
རྒྱུ་། ཞེས་སྒྲིག་པ་ཅན་གྱི་དང་། སོགས་ཁོངས་ནས། དྲི་ཡི་  
བཞོན་པ་ཡིད་འོང་མཐོ། སོགས་གསལ་བྱེད་གྱི་དང་།  
དགྲི་རྒྱ་དང་ཡང་དག་ལྟར། སོགས་དོན་གཞན་བཀོད་  
པའི་སྐྱུང་ཡུལ་ཅན་གྱི་སྐྱུར་བ་སྟེ་དེ་རྣམས་གོང་དུ་སོ་  
སོའི་སྟེ་ཚན་གྱི་སྐབས་སུ་བསྐྱོར་བེན་ཏེ།

བཞི་པ་སྐྱུར་བའི་ཁྱུང་པར་གཞན་བདུན་བཤད་པ་ལ་  
གཉིས། མིང་དགོད། དཔེར་བརྗོད་པའོ། དང་པོ་མིང་  
དགོད་པ་ནི།

གཞན་པ་འགའ་ཞིག་བསྟན་པར་བྱ།

འགའ་ཞིག་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན།

གཞན་པ་བྱ་བ་འགལ་མིན་ཡིད།

འགལ་བའི་ལས་ཅན་དག་ཀྱང་གཞན།

སྐྱར་བ་ངེས་པ་ཅན་ཡང་ཡིད།

ངེས་པ་འགོག་པ་གཟུགས་བཟོད་དང་།

འགལ་མིན་འགལ་བ་ཅན་ཡང་སྟེ།

དེ་དག་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡང་།

དཔེར་བཟོད་དག་ལ་གསལ་བར་འགྱུར།

སྐྱར་བའི་རྒྱན་གཞན་པ་སྐར་མ་བཟོད་པ་འགའ་ཞིག་  
འདིར་བསྟན་པར་བྱའོ།

དེ་དག་གི་ཁྱད་པར་རི་ལྟ་བུ་ཞིག་། སྐྱར་བ་འགའ་ཞིག་  
 ཁྱད་གཞི་གཉིས་ཀས་བྱ་བ་ཐ་དད་མིན་པ་སྟེ་གཅིག་  
 བྱེད་པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་ནི་འགལ་བ་མ་ཡིན་  
 པའི་བྱ་བ་བྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་འགལ་བའི་ལས་  
 ཅན་གྱི་སྐྱར་བ་དང་། ཐོག་མར་སྐྱེ་འབྱུག་པ་གཅིག་པའི་  
 དབང་གིས་ཁྱད་གཞི་གཉིས་ལ་སྐྱར་ནས་མཐར་དེ་ལས་  
 གཅིག་ཁོ་ན་ལ་ངེས་བཟུང་བྱེད་པའི་ངེས་པ་ཅན་དང་།  
 ཡང་དེ་ལྟར་བྱས་པའི་ངེས་པ་དེ་སྐྱར་ཡང་འགོག་པ་  
 བཟོད་པ་དང་། ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་དེ་ཁྱད་གཞི་གཉིས་ཀ་  
 ལ་ཡང་འགལ་བ་མིན་པ་དང་། ཁྱད་ཆོས་སྐྱེ་སྐྱར་བ་  
 རྣམས་ཁྱད་གཞི་སྤྲུལ་མ་ལ་འགལ། བྱི་མ་ལ་མི་འགལ་བའི་  
 འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྐྱར་བ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་ལས། སྐྱར་བ་  
 དེ་རྣམས་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་རང་རང་གི་དཔེར་བཟོད་  
 རྣམས་ལ་རྣམ་པ་གསལ་བར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་སོ་སོར་དཔེར་བརྗོད་པ་ལས། དང་པོ་བྱ་བ་ཐ་

དད་མེན་པའི་སྤྱར་བ་ནི།

འཁྱོག་ཅིང་ཡིད་འོང་རང་བཞིན་ཅན། །

ཆགས་པ་གསལ་བར་སྟོན་བྱེད་མ། །

མཛེས་མས་བསྐྱལ་བའི་མིག་དང་ནི། །

ཕོ་ཉ་མོས་ཀྱང་མཛེའ་བོ་འགྲུགས། །

སྐབས་འདིར་འཁྱོག་ཅིང་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་བ་ཀྱ་ཞེས་

ད་ཉླ་བོད་དུ་ཡོད་པའི་མེ་ལོང་གི་རྒྱ་དཔེར་འདུག་

ཀྱང་། །རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་པོས་བཀྲལ་བའི་གཞུང་དུ་

བཤད་པ་མི་སྤྲང་བས། འཁྱོག་ཅིང་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་

འདི་མེད་པར་མངོན་ལ། དཔང་རྟེན་དུ་འང་བཤད་པ་

མི་འབྱུང་བ་འདི་ཡིན། འོན་ཀྱང་བ་ཀྱ་ཞེས་པ་འདིའི་

དོད་གཞན་མེད་ན་སྤེལ་སྤྱར་མི་འགྲིག་པའི་སྟོན་འབྱུང་

ཡང་ཅི་ཡོད་མ་ངེས་གསུངས། དེས་ན་འདིར་ད་ལྟ་བོད་  
 དུ་ཡོད་པའི་གཞུང་དང་བསྐྱུན་ནས། བོད་ཀྱི་མཁས་པ་  
 རྩ་མ་རྣམས་ལ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་འཆད་ན། བྱུང་གཞི་  
 མཛེས་པའི་བྱར་མིག་དང་། དེས་མཛེས་བོ་འབོད་དུ་  
 བཏང་བའི་ཕོ་ཉ་མོ་གཉིས་ལ་སྐྱར་བ་སྟེ། མིག་བྱར་  
 ཆགས་ཉམས་སུ་བལྟ་བའི་ལྟ་བ་འབྱོག་པ་དང་། ཕོ་ཉ་  
 མོ་གཡོ་སྐྱུའི་རང་བཞིན་གྱི་ངག་འབྱོག་པ་གཉིས་སྐྱ་སྐྱར།  
 གཉིས་ཀ་ཡང་རྩལ་པ་མ་ཡིན་པར་མཐོང་ན་དགའ་  
 བའི་ཉམས་དང་ལྡན་པས་ཡིད་འོང་གི་རང་བཞིན་དུ་  
 དོན་སྐྱར། མིག་ཆགས་ཕྱིས་ཀྱིས་དམར་བས་སམ་བརྒྱ་  
 ཐབས་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཆགས་པ་མཛེས་བོ་ལ་གསལ་  
 བར་སྟོན་པ་དང་། མཛེས་བོ་སྟོན་པར་བཏང་བའི་ཕོ་ཉ་  
 མོ་བྲན་མོས་ཀྱང་རང་གི་དཔོན་མོའི་ཆགས་པ་ངག་གི་  
 རྣམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱི་མཛེས་བོ་སྐྱེས་པ་དེ་ལ་གསལ་  
 བར་སྟོན་པ་སྐྱ་སྐྱར། བྱུང་གཞི་དེ་གཉིས་ཀ་བྱེད་པ་ཕོ་

མཛེས་མས་བསྐྱལ་བ་ཡང་སྒྲ་སྒྱུར་ནས། མིག་དང་ནི། ཕོ་  
ཉ་མོས་ཀྱང་ཞེས་བྱུང་གཞི་ཐ་དད་དུ་སྒྲོས་པ་དེ་གཉིས་  
ཀས་མཛེས་བོ་འགྲུགས་པའི་བྱ་བ་གཅིག་བྱས་པར་  
བརྗོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་བྱ་བ་ཐ་དད་མེན་པའི་སྒྱུར་  
བཤོ། །

༡ བྱ་བ་འགལ་མེན་གྱི་སྒྱུར་བ།  
གཉིས་པ་བྱ་བ་འགལ་མེན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི།  
ཡིད་འོང་ཆགས་པ་འཕེལ་བར་བྱེད། །  
འཇམ་ཞིང་སྒྲོས་པའི་གདངས་སྟོན་ཅན། །  
བྱ་བྱག་སྒྲ་ནི་ཐོས་གྱུར་ཏེ། །  
དཀར་མེན་མིག་ཅན་དག་ལ་འབྱུང། །



འདིར་བྱང་གཞི་ཁུ་བྱུག་གི་སྐྱ་དང་མཛེས་མ་ལ་སྐྱར་བ་  
 རྟེ། བྱང་ཆོས་གཉིས་ཀའང་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། ཆགས་  
 པ་འཕེལ་བའི་རྒྱན་བྱེད་པ་དང་། འཇམ་པ་ནི་ཁུ་བྱུག་  
 གི་སྐྱ་དང་གྱིས་ཉན་པ་ཡིད་འབྱུང་བར་མི་བྱེད་པ་དང་  
 མཛེས་མའི་ལྷས་ཀྱི་ཆོས་རེག་བྱ་འཇམ་པ་དང་། མ་ད་  
 ཀ་ལཱ་མྱོས་པའི་གདངས་སྟན་ཅན་ཏེ། མ་ད་མྱོས་པ། ཀ་  
 ལཱ་མི་གསལ་བའི་སྐྱའམ་དོན་དང་བྲལ་བའི་ཆོག་འབྲེལ་  
 མེད་ལ་འཇུག་པ། ཁུ་བྱུག་གི་སྐྱབས་སུ་སྐྱ་དང་གདངས་  
 སྟན་པ་དང་། བྱང་མེད་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་རྒྱ་འབྲེལ་ནས་སྤང་  
 ཆང་གིས་མྱོས་པའི་སྐྱ་ཆོག་འབྲུགས་པ་ཅན་ཞེས་བཤད་  
 པ་གྲོང་ཆོག་ལས་ལྗོག་པའི་ཆོག་གི་མཛེས་ཆོས་ཅམ་སྟེ།  
 དོན་བྱང་མེད་འབྲིག་བདེས་མྱོས་པའི་སྐྱ་དང་གདངས་མི་  
 གསལ་བའི་བྱང་པར་ལ་འཇུག་སྟེ། ཀཱ་མ་རྟེ་རུར། མཛེས་  
 མ་སྤང་ཅིས་མྱོས་པ་ཕལ་ཆེར་རྣམ་འགྱུར་དུ་མ་ལས་  
 བྱང་མྱོས་པའི་སྐྱ་སྒྲིག་བྱེད། ཅེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་

ལྷ་ལྷ་ཆོས་བཞིའི་སྒོ་ནས་སྒྲོ་དོན་སྒྱུར་ནས། ལྷ་  
གཞི་དེ་གཞིས་ཐོས་བྱ་དང་འཁྱུད་བྱའི་སྒོ་ནས་ཐ་དང་  
ཀྱང་། ཐོས་བྱ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འཁྱུད་བྱ་ལ་འཁྱུད་པ་  
ཐོབ་ཅིང་དེ་གཞིས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།  
གཞིས་ཀས་འཁྱུད་པའི་བྱ་བ་ལ་ཕན་འདོགས་པས་ན་  
བྱ་བ་འགལ་མེན་གྱི་སྒྱུར་བ་ཞེས་བྱའོ། །

༣ འགལ་བའི་ལས་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ།

གསུམ་པ་འགལ་བའི་ལས་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི།

ཆུ་མ་དང་སྒྱུར་འཕེལ་བ་ཡི། །

དམར་བ་རབ་ཏུ་སྒྲོན་བྱེད་ཅིང་། །

ཆ་ཟེར་ཅན་འདི་རྒྱབ་སྒྱུར་ཏེ། །

ལྷས་སྒྱེས་དག་ནི་རྣམ་པར་རྒྱས། །

འདིར་བྱུང་གཞི་ནི་ཆ་བའི་འོད་ཟེར་ཅན་ཉི་མ་དང་།  
 འདོད་པའི་ཆགས་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། རྒྱ་སྐད་བྲ་ཅུ་རྩེ་  
 དང་བོད་སྐད་ཆུ་མ་ཞེས་པ་ཆང་དང་རུབ་ཕྱོགས་  
 གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲ་སྒྱར་བས་ན་སྒྱར་བའོ། །དེ་  
 ཡང་ཉི་མ་རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་ཆུ་མ་དང་སྒྱར་བ་སྟེ་རུབ་རིར་  
 གཞོལ་བས་དགོང་ཀའི་ཐུན་མཚམས་དམར་བར་སྟོན་  
 པ་དང་། རྒྱེས་བུའི་རྒྱུད་ལ་གནས་པའི་ཆགས་པ་ཆང་གི་  
 བུང་བ་དང་སྒྱར་བ་སྟེ་འཕྲད་པ་ལས་བུང་བའི་  
 ཆགས་མདངས་དམར་བར་སྟོན་པ་གཉིས་ཀའང་སྒྲ་རུ་  
 རྩེ་དང་སྒྱར་བའི་རྒྱུན་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་  
 སྒྱར་ནས། སྒྲར་ཆ་ཟེར་ཅན་ཉི་མའི་དམར་བ་ནི་དེ་མ་  
 ཐག་ཏུ་རུབ་ཅིང་མེད་པར་གྱུར་ལ། ལྷས་རྒྱེས་ཆགས་  
 པའི་དམར་བ་ནི་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་དུ་རྒྱུ་པར་  
 རྒྱས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པས་ཐུན་མཚམས་ཀྱི་དམར་བ་  
 དང་། ཆགས་མདངས་ཀྱི་དམར་བ་གཉིས་ལས་སུ་གྱུར་

པ་རྒྱལ་པ་དང་རྒྱས་པའི་བྱ་བ་དག་འགལ་བས་ན་  
འགལ་བའི་ལས་ཅན་གྱི་སྦྱར་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེས་ན་བྱང་  
ཆོས་ནི་སྣ་རུ་ཁྱེ་དང་སྦྱར་བས་དམར་བ་སྟོན་པ་དང་  
རྒྱལ་པ་དང་འཕེལ་བ་རྣམས་སོ།།

སྐབས་འདིར་རིན་སྤངས་ས་སྦྱོད་དབང་པོས་མངོན་  
བརྗོད་སྣ་ཆོགས་གསལ་བ་ལ་བྱངས་བཅོལ་ནས། རྩ་མ་  
ཞེས་པ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་བྱང་མེད་གྱི་དབང་པོ་ལ་  
འཇུག་པར་བཤད་པའི་རྗེས་སུ་འགྲེལ་མཛད་ཕྱི་མ་ཀུན་  
འབྲངས་ཡང་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ནས་ནི་དེ་ལྟར་མ་བཤད་  
དོ།།

༤ དེས་པ་ཅན་གྱི་སྦྱར་བ།

བཞི་པ་དེས་པ་ཅན་གྱི་སྦྱར་བ་ནི།

རལ་གྱི་ཉིད་ལ་ནི་སྟོེ་ག། །

གཞུ་ཉིད་ལ་ནི་འཁྱོག་པོ་ཉིད། །

མི་དབང་འདི་ཡི་མྱ་སྒྲ་ཏ། །

མདའ་རྒྱམས་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཡིན། །

ནི་སྒྲི་ཤའི་སྒྲ་སྒྱུར་རལ་གྱི་དང་ཁྱོ་བ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་  
ལས། སྒྲ་བས་འདིར་བརྗོད་པར་འདོད་པ་བསྟོད་ཡུལ་གྱི་  
རྒྱལ་པོ་འདི་བརྗེ་མེད་ཁྱོ་གཏུམ་ཅན་མ་ཡིན་པས་མི་  
དབང་འདིའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སྒྲ་དེ་འདིར་རལ་གྱི་  
ཉིད་ལ་ངེས་བཟུང་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བ་ཀྱ་ཏུ་སྟེ་  
འཁྱོག་པོའི་སྒྲ་གཞུ་དང་གཡོན་ཅན་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་  
ལས་རྒྱལ་པོ་འདི་རང་བཞིན་གྱིས་དྲང་བའི་སྤྱིར་སེམས་  
ལ་གཡོ་སྒྲུ་མེད་པས་སྒྲ་དེ་འདིར་གཞི་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་  
འཇུག་གོ། །མཁྱ་ཏ་མདའ་དང་སྟོང་པོ་གཉིས་ལ་འཇུག་  
པ་ལས། འདིར་རྒྱལ་པོ་བདག་ཉིད་སྟོང་བ་པོ་མིན་  
པའམ། ཡང་ན་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པས་

མངའ་འབངས་སུ་གཏོགས་པ་ལ་ཡང་སྤྲོད་བ་པོ་བཀའ་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར་སྤྲོད་འདིར་མངའ་ཁོ་ན་ལ་ངེས་  
 བཟུང་བྱས་པ་ཉི། སྤྲོད་སྤྲོད་བ་པོ་ནམས་དོན་གཉིས་རེ་ལ་  
 འཇུག་པ་ལས། འདིར་རྒྱལ་པོའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་  
 དམན་པ་སྤྲོད་པར་འོས་པའི་ཕྱོགས་དེ་ནམས་བཀག་  
 ནས་ཅིག་ཤོས་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པ་ལེགས་པའི་ཕྱོགས་  
 ཁོ་ན་ལ་ངེས་བཟུང་བྱས་པའི་ཕྱིར་ངེས་པ་ཅན་གྱི་སྤྲོད་  
 བ་ཉི། དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་ཉིད་གཞན་ཡང་ནམ་པ་  
 ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་ཀུན་མཁྱེན་བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ཀྱིས་  
 རྗེ་སྤྲོད་མ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོར་བསྟོད་པ་མཛད་པར། གང་  
 གི་མང་ཐོས་ཉིད་ལ་བྱུ་(རིག་བྱེད་)ཏི་དང་། སྤྲོད་མེད་  
 བསམ་གཏན་མཆོག་གི་ཡོ་ག་(གོ་བགོ་བ་)ཉི། །ནམ་  
 དཔྱོད་རྒྱས་པ་ཉིད་ལ་བྱུ་(ལོག་) །མཐོན་པོའི་སར་  
 གནས་མུ་ཅི་ཏ་(མྱོངས་)ཡང་ངོ་། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །

༣ ཅེས་པ་འགོག་པའི་སྒྱུར་བ།

ལྷ་པ་ཅེས་པ་འགོག་པའི་སྒྱུར་བ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་ལ་ཆོར་མ་ནི། །

བསྐྱེད་པ་བ་ཉིད་ལའོ། །

འོན་ཀྱང་ཆགས་ཅན་འབྲིག་པ་ལ། །

འབྱུང་པར་གྱུར་པ་ན་མས་ལའང་མཐོང་། །

འདི་ཡང་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་བསྟོད་པ་བརྗོད་པ་སྟེ། ཀྱེ་སྟོ  
ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ས་གཞིའི་ཁྱོན་ལ་  
སེམས་ཅན་མ་རྩལ་པའི་དབྱའི་འཆོ་བ་མེད་ཅིང་།  
བདག་འབྲས་ངན་པ་ཆོར་མ་ལ་སོགས་པ་ཡང་མེད་  
པས། ཀུན་གྱི་སྒྲིབ་ཀྱིས་ཀྱང་པའི་ཡུལ་ནི་མེ་ཏོག་བསྐྱེད་པ་  
བ་ལ་ཡོད་པའི་སྒྱུ་ཅམ་ཁོ་ན་སྟེ་གཞན་མེད་དོ་ཞེས་  
ཐོག་མར་ཅེས་བཟུང་བྱས་པ་ལ། ཡང་སྦྱང་ནས་འོན་

གྲུང་དེ་ཁོ་ནར་མ་ངེས་ཏེ་ཆགས་ཅན་འབྲིག་པ་བྱེད་པ་  
 རྣམས་པན་ཚུན་དུ་འབྱུང་པའི་ལྷས་ལའང་ཆགས་པས་  
 བསྐྱེད་པའི་སྤྱ་ལོང་མཐོང་ངོ་། །ཞེས་དང་པོར་ངེས་པ་  
 བྱས་པ་དེ་སྦྱང་ནས་འགོག་པས་ངེས་འགོག་དང་། ཀུན་  
 ཀའི་སྤྱ་ཆོར་མ་དང་དག་པོ་དང་པརྣའི་ཡུ་བའི་སྤྱ་དང་  
 ལྷས་ཀྱི་སྤྱ་ལོང་རྣམས་ལ་སྤྱ་སྦྱར་བས་སྦྱར་བ་དང་། དེ་  
 ལྟར་བརྗོད་པས་བསྐྱགས་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་དག་  
 མེད་པར་སྟོན་ཞིང་བསྟོད་པར་འབྱུར་བ་འདི་ནི་ངེས་  
 པ་འགོག་པའི་སྦྱར་བའོ། །འདིར་ཀུན་ཀའི་སྤྱ་ཆོར་མ་  
 ལའང་ངེས་པར་འཇུག་པས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་འགལ་  
 བ་མེད་པའི་ཕྱིར། བོད་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་  
 འབྲངས་ནས་འདིར་ཡང་བཀོད་པ་ཡིན། གཞན་ཀྱི་  
 འགྲེལ་གཉིས་ན་ཀུན་ཀའི་སྤྱ་ཆོར་མ་ལ་འཇུག་པ་དང་།  
 དེ་ཁྱོད་ཀྱི་ཡུལ་ན་མེད་ཅེས་པའི་བཤད་པ་འདི་གཉིས་  
 ཀམེད་དོ། །



ཅ འགལ་མེན་གྱི་སྒྱུར་བ།

དྲུག་པ་འགལ་མེན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི།

ས་འཛིན་ཀ་ཏ་ཀ་མང་ཞིང་།།

གཟི་བཙུང་ལྡན་པ་ངེས་པར་དར།།

སྒྱེ་དགུའི་བདག་བྱང་སྒྱུར་བ་སྟེ།

རྩེ་བོ་རྣམ་པ་འཛིན་ཡང་དེ།།

བྱང་གཞི་ཕྱོགས་གཅིག་རྒྱུང་པ་བཞི་ཀ་ལའང་མཚུངས་

པར། བཙུང་འདོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཁོ་ན་དང་། ཕྱོགས་ཅིག་

ཤོས་ལ་རྒྱུང་པ་རེར་བྱང་གཞི་མི་འདྲ་བ་རེ་བཞག་ནས་

དེ་དག་སོ་སོའི་བྱང་ཚུལ་དང་རྒྱལ་པོའི་བྱང་ཚུལ་

མཚུངས་པར་སྒྱུ་སྒྱུར་བ་དང་། དེ་ཡང་རྒྱུང་པ་དང་པོའི་

བྱང་གཞི་འཕམ་བྱང་པར་ཅན་ནི་རི་དང་རྒྱལ་པོ་སྟེ། ས་

འཛིན་ཞེས་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པའི་མིང་གི་སྒྱུ་སྒྱུར། དེ་

གཉིས་ཀྱི་བྱང་ཚལ་ནི་ཀ་ཏ་ཀ་མང་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཀ་ཏ་  
 ཀ་ནི་རི་བོའི་སྐབས་རི་ཞོལ་ལ་འཇུག་སྟེ་འདོད་འཇོར།  
 རིའི་སྐད་སྐད་རྒྱས་པ་ནི་ཀ་ཏ་ཀའི་ཞོལ་ཏེ། ཞེས་  
 འབྱུང་བ་སྟར་རམ། ཡང་ན་རི་ཕྱན་འབར་འབྱུར་མང་  
 ཏུ་ཡོད་པ་ལ་དང་། རྒྱལ་བོའི་སྐབས་ལག་གཏུབ་དང་ཕོ་  
 བྲང་ལ་འཇུག་རྒྱལ་ཕྱན་ལ་འཇུག་ཅེས་འགྲེལ་པ་ལ་  
 ལར་བཤད་པ་ནི་མི་འཐད་དོ། ཀླང་པ་གཉིས་པར་བྱང་  
 གཞི་ཉི་མ་དང་རྒྱལ་པོ་སྟེ་དེ་གཉིས། ཏེ་ཇ་སྟེ་གཟེ་  
 བརྗེད་ཕྱན་པ་ཞེས་མིང་གི་སྐྱ་སྐྱར། དེ་དག་གི་བྱང་ཚལ་  
 ཀྱང་ནི་ཡ་ཏོ་ད་ཡ། ཞེས་པའི་ནི་ཡ་ཏ་ངེས་པར་ཟུང་  
 ཡ་འཆར་བའམ་དར་བ་སྟེ། ཉི་མ་ལ་བྱང་པར་གྱི་ཚལ་  
 འོད་ཟེར་གྱི་སྒྲིང་བ་མཐའ་གྲས་པའི་གཟེ་མདངས་ནམ་  
 མཁའ་ལ་ཤར་བ་དངོས་སུ་ཡོད་པས་ངེས་པར་འཆར་  
 བ་དང་། རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱལ་སྤེད་ཀྱི་དཔལ་དར་ཞིང་རྒྱས་  
 པ་ཡོད་པས་ངེས་པར་དར་བ་སྟེ་དེ་གཉིས་སྐྱ་སྐྱར། ཀླང་

བ་གསུམ་པ་ལ་བྱད་པར་ཅན་ནམ་བྱད་གཞི་ནི་ཚངས་  
 བ་དང་རྒྱལ་པོ་སྟེ། ཚངས་པས་སྟེ་དགུ་ཐམས་ཅད་  
 བསྟེད་པར་འདོད་པས་སམ་དངོས་མིང་ཀྱང་ཡིན། རྒྱལ་  
 པོ་ནི་གཞན་སྟེ་དགུ་ཀུན་གྱི་བདག་པོ་ཡིན་པས་མིང་གི་  
 སྒྲ་སྒྱར། དེ་ཡང་ཚངས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པོར་  
 འདོད་པས་ཀུན་གྱི་དང་པོར་བྱང་བ་དང་། བཟོད་པར་  
 འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཡང་ད་ལྟ་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱང་བེན་  
 པས་རྒྱ་དཔེར་ཡང་། ལྷ་སྟེང་ཞེས་འདས་ཆོག་ཡོད་པས་  
 སྟེ་དགུ་འི་བདག་བྱང་ཞེས་པ་འཐད་ཀྱི། བདག་བྱང་  
 ཞེས་བྲིས་པ་ནི་མ་དག་གོ། །བྱད་ཆོས་དཔྱུག་ཞེས་པ་འདི་  
 མདོ་རྣམས་སུ་སྒྱུར་བ་ཞེས་པར་བསྒྱུར་ཞིང་། དེ་ཉིད་མི་  
 བྱང་པོའི་མིང་ཡང་ཡིན་པས་ཚངས་པའི་སྐབས་སྟེ་  
 དགུ་འི་བདག་པོ་སྒྱུར་བ་ཞེས་པ་ཚངས་པའི་བྱེ་བྲག་  
 ཞིག་དང་། རྒྱལ་པོའི་ཆོ་མཁས་ཤིང་བྱང་པའམ། ཡང་  
 ར་རཏྣ་སྟེའི་འགྲེལ་པར་མཁས་པ་སྟེ་དཔའ་བ་དང་

ཞེས་འབྱུང་བས་དཔའ་བ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་ཅོ། །དེས་ན་  
 ལྷར་གཞུང་ཆོག་རྐང་པ་གསུམ་པ་འདི། མཁས་པ་སྦྱེ་  
 དགའི་བདག་བྱུང་སྟེ། ཞེས་བསྐྱར། དཔང་རྟེན་མ་  
 གཏོགས་པའི་བོད་འགྲེལ་ཕལ་ཆེ་བར་ཡང་། མཁས་པ་  
 ཞེས་པ་རྒྱལ་པོ་དང་ཆངས་པ་སྟེ་བྱུང་གཞི། སྦྱེ་དགའི་  
 བདག་བྱུང་ཞེས་པ་བྱུང་ཆོས་སུ་བགྲལ་ཡང་།  
 དཀྲུག་མཁས་པ་ལ་བསྐྱར་བ་རྩུང་ཟད་འབྱུར་མི་ལེགས་  
 པ་དང་། འཆད་ཚུལ་ཡང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པས་  
 འདི་ལྟར་བགྲལ་བ་ཡིན་ཅོ། །རྐང་པ་བཞི་པར་བྱུང་གཞི་  
 ལྷན་རྒྱལ་གི་བྱ་སྟེ་གཞོན་ནུ་གདོང་རྒྱལ་དང་རྒྱལ་པོ་  
 ཡིན་པ། སྤྲེལ་ཆེ་བོ་ཞེས་མིང་གི་སྦྱ་སྦྱར་བ་སྟེ་འདི་ཡང་  
 གདོང་རྒྱལ་ལ་དངོས་མིང་ཡང་ཡིན། ལྷ་མང་པོའི་ཆེ་བོ་  
 ཡིན་པ་ལ་བགྲལ་ཡང་ཆོག རྒྱལ་པོ་ནི་མི་ནམས་ཀྱི་ཆེ་  
 བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ་དེས་ན་དོན་སྦྱར་གྱང་ཡིན་དུ་རྩུང་  
 རོ། །བྱུང་ཆོས་ཤེས་ལྷ་ར་ཞེས་པ་གདོང་རྒྱལ་གི་མིང་

ཡང་ཡིན་མོད། གཙོ་བོ་ཕྱག་ཆ་འཕང་མདུང་འཛིན་  
 པའི་བྱད་ཆོས་མངའ་བས་དང་། རྒྱལ་པོའི་སྐབས་སུ་  
 རྒྱས་པ་འཛིན་པ་སྟེ་མཐུ་ཆེ་བ་ལ་འཇུག་དེ་ཡང་ཤེད་  
 ཞེས་པ་ཤེད་རྒྱས་པའི་བྱེད་ས་ལས་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་སོ། །

སྐབས་འདིར་རྒྱང་པ་བྱེ་མ་གཉིས་ཀ་ལ་གཞུང་གི་  
 དཔེར་བཅོལ་དུ། དཔེའི་བྱད་གཞིའི་ཕྱོགས་ལ་བྱད་གཞི་  
 བྱད་ཆོས་གཉིས་ཀ་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་རེས་སྟོས་པས་  
 རྒྱང་པ་རེར་སྟེ་གཉིས་པོ་སོ་སོའི་མིང་གཉིས་གཉིས་  
 བྱུང་བ་ཞར་ལས་འཛོན་པ་ཡིན་གྱི་ངེས་པར་དགོས་པ་  
 རི་མོན། འདི་ལ་མཁས་པ་བདེ་བའི་སྟོ་གོས་དང་སྒར་  
 ཐང་པ་ཆེན་གཉིས་ཀྱིས་སྟོ་ཀ་ཡོངས་རྫོགས་དོན་  
 གཅིག་ཏུ་སྟེལ་ནས། རི་ཉི་མ་འཆར་ས་ཞིག་ན་དང་སྟོང་  
 མཁས་པ་སྟེ་དགའི་བདག་པོ་ཞེས་བྱ་བ་རིགས་སྟགས་  
 གྱི་རྒྱས་པ་འཛིན་པ་ཞེས་སོགས་བཤད་ལྷགས་ཀྱང་རྣམ་

ཀུན་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་མཛད་པ་དེ། དཔང་རྒྱུ་ཏུ་  
 བྱང་ཆོས་ཤེད་རྩེ་ར་ཞེས་པ་ནི་རིམ་པས་མཚོན་ཆ་ཤེད་  
 ཞེས་བྱ་བ་འཛིན་པ་དང་། རུས་པ་སྟོབ་དང་། ལྷགས་  
 ལས་བྱང་བའི་མཐུ་སྟོབས་འཛིན་པའོ། །ཞེས་པའི་ཆོག་  
 ཟུར་ལ་འབྲིས་ནས་གསར་བཅོ་བྱས་པ་ཁོ་ན་སྟེ། གཞན་  
 དེ་ལྟ་བུ་སྟུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་གང་དུ་འང་མེད་པ་ལ་  
 གསར་དུ་སྟོས་བཏགས་ཅིམ་བྱས་ནས་སྟུར་བ་ག་ལ་  
 འཐད་ཅིང་། དཔང་ལའི་གསུང་དེ་ནི་ཤེད་རྩེ་རའི་སྟེ་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་རུས་པ་འཛིན་པའམ།  
 ཡང་ན་ལྷགས་ལས་བྱང་བའི་མཐུ་སྟོབས་འཛིན་པ་ལ་  
 འཇུག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི་སྟོན་བྱང་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་  
 སྟུར་དགོས་པར་སྟོན་པ་མ་ཡིན་པའང་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །ཡང་སྟུང་གོང་མ་རྣམས་ཀྱང་བསྟུས་པ་སྟེ། དེ་  
 ཀུན་རྒྱལ་པོ་འདི་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ལྟར་ཐམས་  
 ཅད་སྟུང་བའི་བྱང་ཆོས་རྣམས་བྱང་གཞི་ཡན་ཚུན་

གཉིས་ཀ་ལ་ཡོད་ཅིང་མི་འགལ་བས་འགལ་མིན་གྱི་  
སྒྱུར་བའོ། །

ལ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ།

བདུན་པ་འགལ་བ་ཅན་གྱི་སྒྱུར་བ་ནི།

ཉམས་མེད་ཡིན་ཡང་ཆོས་གཙོད་མིན། །

རྒྱལ་པོ་ཡིན་ཡང་ཟད་མི་ཤེས། །

བདེ་བྱེད་ཡིན་ཡང་ལག་འགྲོ་མེད། །

སྒྱ་ཡང་མི་བྱ་རྒྱ་མིན་ཤེས། །

འདིར་ཡང་བྱད་གཞི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་རྐང་པ་བཞི་ཀ་  
བསྟོད་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཁོ་ན་དང་། ཕྱོགས་གཅིག་ལ་རྐང་  
པ་རེར་བྱད་གཞི་མི་འདྲ་བ་རེ་བྱས་ནས་ཀུན་གྱང་མིང་  
གི་སྒྱ་སྒྱུར་བ་བྱད་གཞིའི་སྐབས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་མི་

འགལ་ཞིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་ཚས་རྣམས་སྤྱི་ལོ་  
 བྱས་བྱང་གཞི་སྤྱོད་མ་ལ་འགལ། བྱི་མ་ལ་མི་འགལ་བ་ཤ་  
 རྟག་དུ་སྤྱོད་བ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་མཆན་ཉིད་ལོ་མ་བེན་  
 བ་བྱ་ཚམས་སུ་བཀལ་བས་བྱིས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་རྣམས་  
 ལ་སྤྱོད་པ་ཅན་དང་སྤྱོད་པ་འདྲ་ཞིག་ལས་མ་བྱུང་བ་  
 ཡིན། གཞན་མཆན་ཉིད་ཇི་བཞིན་པ་ལྟར་ན་དཔེར་  
 བཞིན་ཀྱང་ཤིན་དུ་སྤྱོད་དཀའ། འབྱོར་ན་མཆན་ཆེ་བ་  
 ཞིག་ཡིན་ནོ། །ཞིས་རྩེ་བོད་མཁས་པས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 དོན་ལ་གནས་ཤིང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་འདྲ་ཡིན།  
 དེས་ན་འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་འཆད་ན། ཀྱང་པ་དང་  
 པོའི་བྱང་གཞི་སྤྱོད་བྱས་འཇུག་དང་། བཞིན་པར་འདོད་  
 བ་མའི་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཉམས་མེད་ཡིན་ཞེས་སྤྱོད་བ་  
 རྟེ། དེ་ཡང་བྱས་འཇུག་རྟག་པའི་གོ་འཕང་ལས་ཉམས་  
 བ་མེད་པ་དང་། རྒྱལ་པོ་རང་གི་མངའ་ཐང་ལས་ཉམས་  
 བ་མེད་པ་སྟེ། བྱང་གཞིའི་སྐབས་འདིར་སྤྱོད་པ་གཉིས་ཀ་



ལ་མི་འགལ་བ་འདི་འོག་མ་རྣམས་ལའང་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །ཁྱད་ཆོས་རྒྱ་དཔེར་ཨ་མྱི་འོ་རྩུ་དྲི་ཞེས་འབྱུང་བའི་  
 མྱི་འའི་སྤྱ་དོན་དུ་མ་ལས་འདིར་བྱབ་འཇུག་གི་ཕྱོགས་  
 སུ་སྤང་དང་། མའི་རྒྱལ་པོའི་ཕྱོགས་སུ་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 ཆོས་ལ་འཇུག་པས། བྱབ་འཇུག་གིས་སྟོན་སྟ་མ་ཡིན་  
 སྤང་གི་གཟུགས་ཅན་དུ་མ་བྱུར་བཅད་ཅིང་བསང་པར་  
 གྲགས་པས་སྤང་མི་གཅོད་པ་འགལ། རྒྱལ་པོས་བསོད་  
 ནམས་ཀྱི་རྒྱན་མི་གཅོད་པས་ཆོས་གཅོད་མིན་པ་མི་  
 འགལ་བའོ། །འདིར་དཔང་རྟེན་ཏུ་ངག་གི་དབང་ཕྱོག་  
 གིས་སྤང་གི་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྟ་མ་ཡིན་དེས་བཅད་དོ་  
 ཞེས་འཆད་དོ་གསུངས་པ། རཏྲ་སྤྱིའི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ།  
 གཏམ་དེ་རྒྱ་གར་བ་ལ་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པར་ཤེས་སྟ་  
 བར་དགོངས་ནས་མ་སྟོས་པ་དང་། ངག་དབང་གྲགས་  
 པས་བྱུར་སྟོས་ཅམ་མཛད་པའི་ཁྱད་པར་སྟོན་པ་ཡིན་  
 གྱི་སྟོབ་དཔོན་སོ་སོའི་བཞེད་པ་མི་འདྲ་བ་ནི་ཅི་ཡང་མ་

ཡིན་ནོ། །དེས་ན་འདིའི་གཙང་པ་ནི་ཚྭ་དེར་གཙང་པའི་  
 བྱངས་ལས་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་དུམ་བུར་གཙང་པའི་དོན་  
 ཡིན། འགའ་ཞིག་ཏུ་ཆོས་སྤྱོད་ཅེས་བྲིས་ནས། འགྲེལ་  
 མཛད་འགའ་ཡང་དེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་ནི་མ་དག་  
 པའི་ལམ་དུ་འཕྱུན་པ་ཁོ་ནར་ཟད་པས་ཡི་གེ་དག་པར་  
 འབྲི་བ་གལ་ཆེའོ།

རྒྱུ་པ་གཉིས་པར་བྱང་གཞི་རྒྱལ་པོ་དང་ཟླ་བ་རྒྱ་མཚོའི་  
 མིང་གི་སྐྱ་སྐྱར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཟླ་བ་རྒྱལ་པོར་རི་ལྷར་  
 འགྱུར་སྐྱམ་ན། རིག་བྱེད་གྱི་ལྷང་ལས། རྒྱ་སྐྱར་གཟུལ་  
 དང་བྲམ་ཟེ་དང་། །སྐྱུ་དང་མཚོད་སྐྱུ་མཚན་མོ་  
 རྣམས། །དེ་རྣམས་ཀུན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཅུ། །ཟླ་བ་བྲམ་ཟེ་  
 རྣམས་གྱིས་བསྐྱོས། །ཞེས་འབྲུང་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཚོ་སྟེ་རྒྱལ་  
 པོའོ། །བྱང་ཆོས་ཨ་ཤཱ་ཡེ་ཟད་མི་ཤེས་པའི་སྐྱ་སྐྱར་བ་སྟེ།  
 །ཟླ་བ་ནག་ཕྱོགས་ལ་འཛད་པས་མི་ཟད་པ་འགལ་ཞིང་།

རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་དེ་ཟད་མི་ཤེས་པས་མི་འགལ་བའམ།  
ཡང་ན་ཨ་ཁྲ་ཡེ་རྒྱལ་པོ་ཡིད་མི་འབྱུགས་པ་ལ་འཇུག་  
པས་ཞི་བའི་ངང་ཚུལ་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་མི་འགལ་ལོ།

རྒྱལ་པོ་གསུམ་པ་བྱུང་གཞི་རྒྱལ་པོ་དང་སྟ་དབང་ཕྱག་  
གཉིས་བདེ་བྱེད་ཀྱི་སྦྲ་སྦྲར་བ་སྟེ། དབང་ཕྱག་ལ་དངོས་  
མེད་དང་། རྒྱལ་པོ་ཡང་རང་གི་མངའ་འབངས་ཀྱིས་  
གཞོན་འཆེ་དང་དགྲ་བོ་མཐའ་དག་ཞི་བར་བྱེད་ཅིང་  
ཕན་པ་སྦྱབ་པ་པོ་ཡིན་པས། ཤུལ་སྟེ་བདེ་བྱེད་ཡིན་  
ནོ། །བྱུང་ཆོས་སྟེ་ཇོ་མོ་གློ་སྦྲ་སྦྲར་བ་དབང་ཕྱག་གི་སྐབས་  
སྟེ་སྦྱུལ་རྒྱལ་ལ་འཇུག་པས་དེ་མེད་པ་འགལ་ཏེ། ལྷང་  
ལས། གདེངས་ཀ་འཛིན་པས་རལ་ཐོད་བཅིངས། །བྱང་  
འགྲོས་ན་བའི་རྒྱལ་བྱས་པ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་  
ནོ། །རྒྱལ་པོ་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་སྟེ། ཇོ་མོ་གློ་མི་རྒྱུ་ཉི་  
སྟེ་བོ་ངན་པ་བྱས་དང་གཡོ་རྒྱུ་ཅན་ལ་འཇུག་པར་

བཤད་པས། རྒྱལ་པོ་རང་བཞིན་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའམ་  
 ཡང་ན་སྤྱི་བོ་ངན་པ་དང་མི་འགྲོགས་པས་མི་འགལ་ལོ།  
 ཀླང་པ་བཞི་པ་འདི་ལ་བསྐྱར་ལྷགས་མི་འདྲ་ཙམ་གིན་  
 ཏུ་མང་ཡང་། ཨ་བི་བུ་རྟ་བོད་སྐད་ལ་བསྐྱར་ན་སྤྱི་  
 རྩེ་ཉམས་པ་དང་། ར་རྩེ་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ཤེས་ས་  
 ཟེར་བའང་ཆད་ན་མི་རུང་བས། གཞུང་ཆོག་འདིར་  
 བཀོད་པ་བཞིན་དུ་ལེགས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྤྱི་འགྲོ་བ་  
 དང་མིའི་རྒྱལ་པོ་གཉིས་བྱུང་གཞི་ཡིན་པ་སྟེ་ཞེས་པའི་  
 སྤྱི་སྤྱར། བྱུང་ཆོས་བི་བུ་རྟ་ནི་སྟེ་དེ་ཉིད་མིན་ཞེས་  
 དགག་ཆོག་གིས་བཀག་པ་སྤྱི་འགྲོ་བ་དང་འགལ།  
 རྒྱལ་པོའི་སྐབས་སུ་བི་བུ་རྟ་མཁས་བྲལ་ཏེ། དེ་ལ་དགག་  
 ཆོག་སྤྱར་བ་རྒྱལ་པོ་མཁས་པའི་རང་བཞིན་ལ་མི་  
 འགལ་བ་དང་། ཡང་གི་སྤྱི་ནི་དོན་སྤྱི་མ་རྣམས་ལ་སྟོས་  
 རྣམས་འགལ་བའི་རྒྱན་དུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཤེས་

སོ་ནི་བྱ་བའི་ཚེ་གསེ། འབྱུང་ཁ་ཅིག་དུ་བྱུང་ཡང་ཞེས་  
 བསྐྱུར་མོད། བྱུང་བའི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེ་ལ་མེད་པས་མི་  
 འཐད། རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ཀྱིས་འབྲེལ་ཚུལ་དང་ད་ལྟ་  
 བོད་དུ་ཡོད་པའི་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེའི་གོ་རིམ་གཉིས་ཀ་  
 མཐུན་པར་རྒྱ་དཔེ་གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་གཉིས་གོ་ས་  
 བརྗེས་འདུག་ཀྱང་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་པར་བསམས་  
 ནས་འདིར་ཡང་གོ་རིམ་སྟེ་ལྟར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་རྒྱུ་ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔ་པ། བྱུང་པར་བརྗེད་པའི་རྒྱུ་  
 ཉི་ཤུ་ཅ་ལྔ་པ་བྱུང་པར་བརྗེད་པའི་རྒྱུ་ལ་གསུམ་  
 མཚན་ཉིད་སྟེར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗེད། མ་  
 བཤད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྟེར་  
 བསྟན་པ་ནི།

བྱུང་པར་རབ་དུ་བསྟན་པའི་བྱེར། །

ཡོན་ཏན་རིགས་དང་བྱ་བ་སོགས། །

གང་དུ་མ་ཚང་ཉིད་བསྟན་པ། །

དེ་ནི་ཁྱད་པར་བཟོད་པར་འདོད། །

དངོས་པོ་གང་ཞིག་འབྲས་བུའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་རྒྱ་འགའ་  
ཞིག་གཞན་ལ་མ་སྟོས་པར་རང་བཞིན་གྱི་མཐུ་ཐུལ་དུ་  
བྱང་བ་གཞན་གང་དང་ཡང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་  
སྟོན་ཞིང་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱ་དེ་རང་ཉིད་གྱི་  
ཡོན་ཏན་དང་རིགས་དང་བྱ་བ་དང་སོགས་པས་རྗེས་  
མ་ཚང་བ་ཉིད་དེ། མེད་པར་སྟོན་པའི་བཟོད་པ་གང་  
ཡིན་པ་དེ་ནི་ཁྱད་པར་བཟོད་པའི་རྒྱ་དུ་མཁས་པ་  
ནམས་ཀྱིས་འདོད་དོ། །འདིར་རྒྱ་འབྲས་ནི་ཞར་བྱང་དུ་  
སྟོས་པ་ཡིན་གྱི་བཟོད་བྱའི་གཙོ་བོའམ་རྒྱ་གྱི་ངོ་བོ་ནི་  
རྒྱའི་རིགས་སོགས་མ་ཚང་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་གཞན་  
ལས་ཁྱད་པར་འཕགས་པར་སྟོན་ནུས་པའི་ཆོག་ཤུགས་

ཅན་ཏེ། གལ་ཏེ་རྒྱ་ལྷ་མ་ཉིད་བཟོད་བྱའི་གཙུག་པོ་ཡིན་  
ན་རྒྱ་རྒྱན་ལས་ལོགས་སུ་འཆད་མི་རིགས་པར་འགྱུར་  
རོ། །དེའི་ཕྱིར་དཔེར་བཟོད་ཀྱི་མེད་འདོགས་ཀྱང་  
འབྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ། ཡོན་ཏན་མ་ཆང་བའི་རྒྱ་བྱང་  
པར་ཞེས་སོགས་སྒྲིམ་པ་དོན་ལ་མི་འགལ་ཡང་རྒྱ་  
ལྷ་མ་ཉིད་བཟོད་བྱའི་གཙུག་པོར་གོ་བའི་འབྲེལ་གཞིར་  
གྱུར་ན་མི་རྩང་བས་དེ་ལྟར་འདོགས་པ་མི་ལེགས་སོ། །

༡ ཡོན་ཏན་སོགས་བཞི་མ་ཆང་བ་བཟོད་པ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བཟོད་པ་ལ་གཉིས་ཏེ། ཡོན་  
ཏན་སོགས་བཞི་མ་ཆང་བ་བཟོད་པ་དང་། རྒྱའི་བྱང་  
པར་བཟོད་པའོ། །དང་པོ་ལ་བཞི་ལས་ཡོན་ཏན་མ་ཆང་  
བའི་བྱང་པར་བཟོད་པ་ནི།

མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་དག་གི་མཚན། །

རྩལ་པ་མ་ཡིན་རྗེ་བའང་མིན། །

དེ་ལྟར་ན་ཡང་འདི་ཡིས་ནི། །

ས་གསུམ་དག་ལས་རྒྱལ་བར་གྱུར། །

མེ་ཏོག་གཞུ་ཅན་འདྲ་ལྟའི་མཚན་ཏེ་མདའ་ལྲ་པོ་  
འདི་ནི་རྩལ་པ་མ་ཡིན་ཅིང་རྗེ་བའང་མིན་མོད། དེ་ལྟ་  
ན་ཡང་འདི་ཡིས་ནི་ས་འོག་ས་ལྷིང་མཐོ་རིས་ཀྱི་སྤྱིད་པ་  
གསུམ་ན་གནས་པའི་འགྲོ་བ་ཀུན་ལས་ངང་གིས་རྒྱལ་  
ཞིང་རྣམ་པར་གཞོན་ནུས་པ་འདི་འདྲ་བ་ཞི་མ་ངོ་  
མཚར་ཆེའོ། །ཞིས་རྒྱ་འདྲ་ལྟའི་མདའ་ལ་རབ་ཏུ་  
གྲགས་པའི་མཚན་ཆའི་ཡོན་ཏན་རྩལ་པ་དང་རྗེ་བ་  
སོགས་མེད་བཞིན་དུ་འང་འབྲས་བུ་སྤྱིད་པ་གསུམ་ལས་  
རྒྱལ་བའི་ནུས་པ་ཁྱད་པར་འཕགས་པར་སྟོན་པ་འདི་  
ལྟ་བུ་ནི་ཡོན་ཏན་མ་ཆང་བའི་ཁྱད་པར་བརྗོད་པའོ། །



གཉིས་པ་རིགས་མ་ཚང་བའི་བྱང་པར་བརྗོད་པ་ནི།

འདི་དག་ལྟ་ཡི་བྱ་མོ་མིན། །

དྲི་ཟའི་རིགས་ལས་བྱང་བའང་མིན། །

དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ཚངས་པའི་ཡང་། །

དཀའ་ཐུབ་གཞིམ་པར་བསྐྱབ་པར་རུས། །

ཡིད་འོང་མ་འདི་ནི་ལྟ་ཡི་བྱ་མོ་མིན་ཞིང་དེའི་བྱེ་བྲག་  
དྲི་ཟའི་རིགས་ལས་བྱང་བའང་མིན་ཅོ། །དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་  
གཟུགས་མཛེས་པ་ཁོ་ནས་ཚངས་པ་ཆེན་པོའི་དཀའ་  
ཐུབ་ཀྱི་སྒྲིམ་པའང་གཞིམ་པ་བསྐྱབ་པར་རུས་ན་གཞན་  
ཐ་མལ་པའི་ལྟ་ཅི་སྒྲིས། ཞེས་མི་མོ་འགའ་ཞིག་མཛེས་པ་  
ལུ་ལ་དུ་བྱང་བའི་རྒྱས་ལྟ་དང་དྲི་ཟའི་རིགས་མ་ཚང་བ་  
ལྟེ་རིགས་དེ་ལ་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཡང་། འབྲས་བུ་ཚངས་  
པ་ཆེན་པོའི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱང་གཞིམ་རུས་པའི་རུས་པ་

ལལ་ལྟུང་སྟོན་པའོ། །འདྲི་རིགས་ནི་རིགས་རྒྱུད་ཀྱི་  
 རིགས་ཏེ་རྒྱུད་པེར་ཡང་ཀྱ་ལ་ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །མཛོད་  
 ལས། ཁམས་གཉིས་ལས་སྦྱེས་སྤྱོད་འདོད་ཆགས། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། གཟུགས་ཁམས་པ་རྣམས་ལ་འདོད་  
 པའི་འདོད་ཆགས་མངོན་གྱུར་བ་མེད་ཅིང་ནང་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་གྱི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པ་སྤྱོད་པའི་འདོད་ཆགས་  
 སུ་བཞག་ནས་འདོད་པའི་ཆགས་བྲལ་དུ་བཤད་པ་ལྟར་  
 ན་སྟོང་དང་དྲི་ཟེར་བྱ་མོ་ཡིན་ཀྱང་དེའི་དཀའ་ཐུབ་  
 གཞུམ་པར་ཅི་སྟེ་རུས། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་གྲུབ་མཐའ་ཐུན་  
 མོང་མ་ཡིན་པའི་གཞུང་ལ་གྲགས་པའི་རྣམ་བཞག་ཐ་  
 དད་ཡིན་ལ། འདྲི་རིགས་ཐུན་མོང་བ་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཏམ་  
 རྒྱུད་ལ་གྲགས་པའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་བ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 དབང་ཐུག་གིས་ཏུ་མ་བག་མར་སྦངས་པའི་ཆོ། དེ་ཡི་  
 གཟུགས་ལྟུང་དུ་བྱུང་བ་མཐོང་བས་ཚངས་པའི་སེམས་  
 འཕྲོག་སྟེ་བརྒྱལ་ཞིང་ཁུ་བ་ཤོར་བ་དེ་ལས་བྱིས་པ་བརྩེ་

བ་ཞེས་བྱ་བའི་དྲང་སྤྱང་སྤྱང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་སྐྱེས་པར་  
 གྱུར་དོ། །ཞེས་པ་དང་། ལྷ་རྣམས་ཀྱིས་རང་རང་གི་ལྷས་  
 འོད་བརྟན་པ་ལས་བྱུང་བ་སྦྱལ་པའི་བྱ་མོ་ཐེག་ལེ་  
 མཆོག་མ་ཆངས་པ་ལ་ཕྱལ་བས། དེ་དེ་ལ་ཆགས་ནས་  
 ཕྱོགས་བཞིར་འགོ་བ་ལ་བལྟས་པས་གདོང་བཞི་དང་།  
 སྤྱང་དུ་འགོ་བ་ལ་བལྟས་པས་གདོང་པ་གཅིག་སྟེ་ལྷ་  
 བྱུང་བའི་སྤྱང་གདོང་དབང་ཕྱོག་གིས་བཙད་པར་  
 གྲགས་པ་དང་། ཡང་སྐྱེ་དགའི་བདག་པོ་སྐྱུར་བའི་བྱ་མོ་  
 བརྟལ་ཞུགས་བཟང་མོ་ཞེས་བྱ་བ་གཟུགས་ལ་སོགས་  
 པའི་ཡོན་ཏན་གྱིས་སྤྱི་བྱ་མོ་གཞན་རྣམས་ཟེལ་གྱིས་  
 གཞོན་པ་ཞིག་ལ་ཆངས་པ་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་ཏེ། དེ་  
 དང་ལྷག་པར་གཡེམ་པ་ལས་བྱ་བཙས་པ་ལ་སོགས་  
 པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་པ་ལྟ་བུའོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་མེས་  
 པོ་ཆངས་པ་ཆེན་པོ་ཙམ་སེམས་ཆགས་པ་ལ། ལྷ་འམ་ངྷི་  
 ཟའི་བྱ་མོ་ངེས་པར་ཡིན་དགོས་པ་ལ་འདིར་དེ་ལྟ་བུའི་

རིགས་མ་ཚངས་པའི་མི་མོ་འགའ་ཞིག་གི་མཛེས་པའི་  
རྒྱུ། འབྲས་བུ་ཚངས་པའི་དཀའ་ཕྱབ་གཞིམ་རྒྱས་པར་  
བརྗོད་པས་ན་རིགས་མ་ཚང་བའི་བྱད་པར་བརྗོད་  
པའོ། །

གསུམ་པ་བྱ་བ་མ་ཚང་བའི་བྱད་པར་བརྗོད་པ་ནི།

ཁྱོ་གཉེར་དག་ནི་མ་བསྐྱས་ཤིང་། །

སོ་ཡི་གཡོགས་ཀྱང་མ་བསྐྱོད་ལ། །

མིག་ཀྱང་དམར་པོར་མ་གྱུར་པར། །

དབྱ་ཡི་རིགས་ནི་ཉམས་པར་བྱས། །

གཡུ་ལ་ལ་དཔའ་བའི་དཔའ་བོ་འགའ་ཞིག་སྤྱོད་པ་ལས་

སྤྱོད་པའི་ཁྱོ་གཉེར་བཞིན་ལ་མ་བསྐྱས་ཤིང་། སོའི་

གཡོགས་ཏེ་མཆུ་སྤྱོད་ཀྱང་བསྐྱོད་དེ་འདར་བ་མེད་ལ།

མིག་ཀྱང་སྤང་མིག་དམར་པོར་བསྐྱུ་བ་སོགས་སྤྱོད་པའི་

རྣམ་འགྱུར་གང་ཡང་མེད་པར་མིང་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་  
 ས་རོལ་གྱི་དག་སྟེ་མཐའ་དག་རང་དབང་ཉམས་ཤིང་  
 བཅ་དུ་བཀོལ་རྒྱས་པ་འདི་མཆར་རོ། །ཞིས་པ་འདི་ལ་  
 དག་སྟེ་མཐའ་དག་རང་དབང་ཉམས་པར་བྱེད་རྒྱས་  
 པའི་འབྲས་བུའི་ཡུལ་ཙན་གྱི་རྒྱ་དཔའ་བའི་གྲགས་པ་  
 བྱང་པར་དུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་ཁྲོས་པའི་རྣམ་འགྱུར་གྱི་བྱ་བ་  
 གང་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་དག་ལས་རྒྱལ་བར་བཟོད་པའི་  
 ཕྱིར་བྱ་བ་མ་ཆང་བའི་བྱང་པར་བཟོད་པའོ། །འདིའི་  
 སྐར་གཞི་བྱམས་པ་དང་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡིན་པར་འཆད་  
 པ་སོགས་སྒྲུང་ཡང་། འདིར་ནི་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་  
 དོན་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་རྩལ་མ་ཆང་བའི་བྱང་པར་བཟོད་པ་ནི།

ཤིང་རྟ་མེད་ཅིང་སྤང་པོའང་མེད། །

རྟ་མེད་རྟ་མེད་ཐང་མེད་པར་ཡང་། །

བྱུང་མེད་ཉིད་གྱིས་བྱུང་མེད་རྣམས། །

འགྲོ་བ་གསུམ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ། །

ཤིང་རྟ་དང་སྤང་པོ་ཆེ་དང་རྟ་དམག་དང་། དཔུང་བྱ་  
ཆུང་སྟེ་རྟ་ཐང་གི་དམག་སྟགས་དཔུང་ཆོགས་ཡན་  
ལག་བཞི་ཀ་ལྟ་ཞོག་རྩེ་རེ་ཅེས་ཡང་མེད་པར་ཆགས་  
པའི་བྱུང་མེད་གི་བྱུང་པ་ཁོ་ནས་བྱུང་པ་པོ་བྱུང་མེད་  
འདི་རྣམས་འཇིག་རྟེན་གསུམ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་  
ལོ། །ཞེས་སྤྲོད་པ་གསུམ་དབང་དུ་བྱས་པའི་འབྲས་བུའི་  
ཡུལ་ཅན་གྱིས་རྒྱ་བྱུང་མེད་གི་མཛེས་པ་ལ་དཔུང་  
ཆོགས་ཡན་ལག་བཞི་མ་ཆང་བ་སྟེ་མེད་བཞིན་དུ་ཡང་  
ཀུན་ལས་རྒྱལ་བར་བརྗོད་པ་ནི་རྩེ་མ་ཆང་བའི་བྱུང་  
པར་བརྗོད་པ་སྟེ། འདིའི་རྩེ་ནི་བདག་དུ་བབྱང་ཞིང་  
རང་ལ་དབང་བའི་ཞོར་རྩེ་སྟེ་ཡིན་པས། སྤྲོད་སྟེ་  
དང་བྱེ་བྲག་གི་ལྷས་བྱེ་བའི་བྱེ་བྲག་ལ་རྩེ་སྟེ་བཞག་པ་

དང་། འདི་གཉིས་རྣམ་བཞག་ཐ་དང་པས་འགལ་བར་  
 སེམས་པ་དང་། གཅིག་ཏུ་འབྱུང་པ་གཉིས་ཀ་མི་རུང་  
 བའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤར་བཏེན་པ་མི་  
 མཉམ་པའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ། བྱོད་གདོང་ཟླ་བ་  
 ཡིད་སྤྲུབས་ཀྱིས། །འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་གཞོམ་པར་  
 རུས། །ཞེས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མ་ཚང་བའི་བྱུང་པར་  
 བརྗོད་པ་ལའང་། མེ་ཏྲག་གཞུ་ཅན་དག་གི་  
 དཔུང་། །རྩུབ་པ་མ་ཡིན་ནས། ས་གསུམ་དག་ལས་རྒྱལ་  
 བར་འབྱུང་། །ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། འདིར་  
 ཡང་། ཟུར་མིག་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་མེད་རྣམས། །འགྲོ་བ་  
 གསུམ་པོ་དག་ལས་རྒྱལ། །ཞེས་པ་འདི་རྣམས་ཀྱི་སྐབས་  
 སུ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པ་ནི། འཇིག་རྟེན་གསུམ་དང་།  
 ས་གསུམ་དང་། འགྲོ་བ་གསུམ་ཞེས་པ་རྣམས་སྐབས་ཀྱི་  
 དབང་གིས། འདོད་གཟུགས་གཟུགས་མེད་གསུམ་ལ་  
 འཇུག་པ་དང་། འདོད་ཁམས་པ་ཁོ་ནའི་སྟངས་ནས་དབྱེ་

བ་དང་། གཞན་ཡང་ཁྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་ཀྱི། བྱ་  
 འཇུག་འཇིག་རྟེན་གསུམ་བཟུལ་བ། ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་  
 རྒྱ་འབྲེལ་དུ། འདི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ནི་འཛམ་  
 བུའི་སྤང་ཙམ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་དུ་འདོད་དེ།  
 རྒྱ་མཚོ་བཞིས་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་འཇིག་རྟེན་གཉིས་ཀྱི་  
 བར་ནི་མའི་འཇིག་རྟེན་ཡིན་ལ། འོག་གི་གཞི་ནི་སྤྱི་  
 འཇིག་རྟེན་ནོ། རི་ཁ་བ་ཅན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་རྣམས་  
 གནས་པའི་རི་བོ་དང་། སྐར་མ་ལ་སོགས་པ་ནི་སྤྱི་  
 འཇིག་རྟེན་ཉིད་ཡིན་ན། དེ་བྱ་བ་འཇུག་གིས་བཟུལ་  
 བར་བྱས་པ་འདི་ཙམ་ལ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་བཟུལ་བ་  
 ཞེས་བྱ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་འཛམ་སྤང་འདི་ཉིད་ལ་  
 འཇིག་རྟེན་གསུམ་དུ་བྱེ་བ་སོགས་མང་ཡང་། སྐབས་  
 འདི་དག་དུ་ནི་འདོད་ཁམས་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་  
 ཀྱི་ཐ་སྟོད་བྱས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་ས་འོག་ས་སྟོང་ས་སྤྱི་  
 འགྲོ་བ་གསུམ་དུ་བསྐྱས་ནས་བརྗོད་པའོ། །



༡ རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

གཉིས་པ་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

ཤིང་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

ཁ་ལོ་པ་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

དེ་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

ཉི་མ་ལོ་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

ཉི་མ་ལོ་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ཁ་ལོ་པ་རྒྱལ་ཁོ་རྒྱལ་ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།  
ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ། ལམ་པ་ཀུན་གྱི་ལམ།

གཞན་པའི་རྒྱ་གཟི་བྱིན་མཚུངས་པ་མེད་པ་དང་ལྷན་  
 རོ། །ཞེས་པ་སྟེ་ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་གཅིག་ལས་མེད་པ་  
 སོགས་གསུམ་པོ་འདི་ལ་བྱེ་རོལ་པ་ཚོར་གཏམ་རྒྱུད་རེ་  
 ཡང་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ཐོས་ཀྱང་རྒྱས་པར་མི་  
 གསུངས་པས་འདིར་ཡང་འབྲི་བར་རྩོམ་ཐོགས་སོ།།

དེ་འཆད་པ་ནི།

གཟི་བྱིན་ཅན་སོགས་ཁྱད་པར་ལས། །

འདི་ནི་རྒྱ་ཡི་ཁྱད་པར་བརྗོད། །

དཔེར་བརྗོད་སྤྲུལ་མ་རྣམས་འབྲས་བུའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་རྒྱ་  
 དེ་ལ་ཡོན་ཏན་སོགས་མ་ཚང་བར་བརྗོད་པ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་ནི་རྒྱ་ཉིད་མ་ཚང་ཡང་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་  
 གཟི་བྱིན་ལྷན་སུམ་ཚོགས་པ་བརྗོད་པས་རྒྱ་མ་ཚང་  
 ཡང་རྒྱུའི་ཁྱད་པར་གཞན་བརྗོད་པས་རྩང་བད་སྤྲུལ་མ་

དང་རིགས་མི་མཐུན་པའི་དབང་གིས་རྒྱ་འབྲེལ་ན་ས་  
བཅད་ལོགས་སུ་བཀོད་པས་འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་  
བྱས་པ་སྟེ། མིང་འདོགས་ཀྱང་གཞུང་ཉིད་ལས། འདི་ནི་  
རྒྱ་ཡི་བྱད་པར་བཟོད། །ཅིས་དངོས་སུ་བསྟན་པ་བོར་  
ནས་གཞན་དུ་སྤྲོ་བར་མི་བྱའོ།

གསུམ་པ་མ་བཤད་པ་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ནི།

རིམ་པ་འདི་ཡིས་གཞན་གྱི་ནི།

དབྱེ་བ་རྣམས་ཀྱང་བརྟག་པར་བྱ།

གོང་དུ་བཟོད་པའི་རིམ་པ་འདིས་བྱད་པར་བཟོད་པའི་  
ཚུལ་གཞན་གྱི་དབྱེ་བ་རྣམས་ཀྱང་བརྟག་ཅིང་དབྱད་  
ནས་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞིས་གསུངས་པ་མཚོན་པའི་བྱིར་  
སློབ་དཔོན་རྒྱ་གླེས་དཔེར་བཟོད་མཛད་པ་ནི། འདི་  
ལ་དུག་ནི་ཅུང་ཟད་མེད། །འདི་ལྟ་ཞགས་པར་བཟོད་

མེན་ཡང་། །འགྲོ་རྣམས་རི་དྲགས་མེག་ཅན་གྱི། །མེག་  
 གིས་བརྒྱལ་དང་འཆིང་བར་བྱེད། །བྱ་བ་མི་འགལ་བའི་  
 བྱང་པར་བརྗོད་པའོ། །དེ་འདྲ་མཚན་རྣམས་འགའ་ཡང་  
 མེན། །བདུད་ཅི་ཡང་ནི་མ་ཡིན་མོད། །བྱང་མེད་རྣམས་  
 གྱི་ཁྱོད་དགའ་ཡིས། །སྐད་ཅིག་འཇོམས་ཤིང་འཚོ་བར་  
 བྱེད། །བྱ་བ་འགལ་བའི་བྱང་པར་བརྗོད་པའོ། །ལྷས་སྤ་  
 ཁྱོད་གྱི་རུ་མ་དག །མ་དུད་འཇམ་པའང་མ་ཡིན་  
 མོད། །འོན་ཀྱང་འདི་དག་ཉིད་གྱིས་ནི། །འགྲོ་འདི་ཤིན་  
 ཏུ་ཆགས་པར་གྱུར། །སྟན་པར་སྤྲ་བའི་བྱང་པར་བརྗོད་  
 པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་གཞན་རྣམས་གོ་སྟེ། །སྟན་པར་སྤྲ་  
 བའི་དོན་གསོང་པོར་སྤྲ་བ་དང་། །རུ་མ་མ་དུད་པ་ནི་  
 གྲོང་པའི་ཆོས་གྱིས་མ་གོས་པ་ལང་ཚོ་དང་པོའི་གནས་  
 སྐབས་ཡིན་པར་བཤད་ཅིང་། །བདེན་གཏམ་གྱི་ཚུལ་  
 ལས་བརྗོད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་གཞན་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པ་  
 ཞིག་གོ།

དོན་ཀྱི་ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷན་པ། མཚུངས་པར་སྒྱུར་བའི་ཀྱི།  
ཉི་ཤུ་ཅུ་ལྷན་པ་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བའི་ཀྱི་ལ་གཉིས།  
མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཞིན་པའོ། །དང་པོ་མཚན་  
ཉིད་ནི།

བཞིན་འདོད་ཡོན་ཏན་བྱང་འཕགས་དང་། །

མཚུངས་པར་བྱས་ནས་འགའ་ཞིག་ནི། །

བཞིན་སྒྲིབ་དོན་ཏུ་བསྒྲགས་པ་གང་། །

དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བར་བཤད། །

དོན་གང་ཞིག་བཞིན་པར་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་བྱང་  
འཕགས་ཅན་གྱི་ཏུ་སྒྲགས་པར་གྲགས་པའི་དཔེ་འགའ་  
ཞིག་དང་། དངོས་པོར་ན་མི་མཚུངས་ཀྱང་བཞིན་  
འདོད་ཀྱི་དབང་གིས་དེ་དང་མཚུངས་པར་སྒྱུར་བྱས་  
ཏེ་མིང་དོན་གང་ཡང་རུང་བའི་མཚུངས་ཆོས་གཅིག་ཏུ་

བསྐྱུས་ནས་བརྗོད་པའི་རྒྱས་པས་མཚུངས་པར་སྦྱར་  
བའི་ཕྱིར་བསྟོད་པའམ་ཡང་ན་སྦྱང་པའི་དོན་དུ་  
བསྒྲགས་པའི་ཆོག་དེ་ནི་མཚུངས་པར་སྦྱར་བའི་རྒྱན་དུ་  
མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །

༡ བསྟོད་པའི་མཚུངས་སྦྱར།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
བསྟོད་པའི་མཚུངས་སྦྱར་ནི།

གཤེན་རྗེ་ལྷས་ངན་ཁྱ་ལྟ་དང་། །

མིག་སྟོང་པ་དང་ཁྱོད་ཉིད་ཀྱང་། །

འཇིག་རྟེན་སྟོང་བ་ཞེས་པའི་སྒྲ། །

ཡུལ་གཞན་མེད་པར་རྣམ་པར་འཇིན། །

སྒྲིག་སྒྲིག་གི་བདག་པོ་གཤེན་རྗེ་དང་། བྱང་སྒྲིག་སྒྲིག་  
 བ་ལྷ་ས་ངན་ཏེ་རྣམ་ཐོས་གི་བྱ་དང་། རྩལ་གི་ཁུ་སྒྲིག་  
 དང་། ཤར་གི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་ཏེ་སྒྲིག་སྒྲིག་ཆེན་པོ་  
 དེ་རྣམས་དང་མེ་བདག་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་ཉིད་གིས་  
 འཇིག་རྟེན་སྒྲིག་བ་ཞེས་པའི་སྒྲིག་འདི་ཡུལ་གཞན་ལ་  
 འཇུག་པ་མེད་པར་རྣམ་པར་འཇིག་ཅོ། །ཞེས་སྒྲིག་སྒྲིག་  
 རྣམས་རང་རང་གི་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲིག་སྒྲིག་ཞེས་ཏེ་  
 རྟེན་སྒྲིག་བར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱེད་སྐྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་  
 གཉིས་དངོས་པོར་ན་མཚུངས་རྩལ་པའི་མཐུ་མེད་ཀྱང་།  
 རང་ལ་དབང་བའི་ས་གཞིའི་ཁྱེན་སྒྲིག་ཞིང་བསྐྱེད་བར་  
 བྱེད་པ་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་འཇིག་རྟེན་སྒྲིག་བ་ཞེས་  
 པའི་སྒྲིག་མཚུངས་པར་བྱས་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་དོན་དུ་  
 བསྐྱེད་སྐྱེད་པའི་མཚུངས་སྒྲིག་རོ། །འདིར་  
 ཡང་སྒྲིག་པོའི་རྟེན་སྒྲིག་པ་བསྐྱེད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། ཟླ་  
 བ་ཀྱན་དགའ་ཉི་མའི་རབ་གསལ་དང་། །མེ་ཡི་ཚ་བ་

རྒྱུང་གི་མགྲོགས་པ་དང་། རྒྱུང་རྩེ་ལ་དགའ་སྦྱོར་བོ་ཆེ་  
རྣམས་ཀྱིས། གཞན་ལ་ཕན་པ་སྙན་སྦྱོར་རང་བཞིན་  
ཡིན། ཞེས་འབྱུང་བ་སྙན་བྱུང་འདིའི་ཕྱོགས་སུ་མཐུན་  
ནོ། །

༢ སྦྱང་པའི་མཚུངས་སྦྱོར།

གཉིས་པ་སྦྱང་པའི་མཚུངས་སྦྱོར་ནི།

རི་དྲགས་མིག་དང་འགྲོགས་པ་དང་། །

སྦྱོག་གི་རྩེ་དགའ་དག་དང་ནི། །

སྦྱོར་གྱི་རྩེ་ལ་རང་རང་བཞིན་གྱིས། །

སྦྱང་ཅིག་གཉིས་པར་མི་གནས་སོ། །

རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ་མཛེས་མ་དང་འགྲོགས་པའི་བདེ་  
བ་དང་། སྦྱོག་གི་རྩེ་དགའ་གཡོ་ཞིང་འབྱུང་བའི་གསལ་



བ་དང་། སྤྱིན་འདུ་འགོད་ཀྱི་ཚྭ་པ་བར་མེད་པར་བྱབ་  
 པ་རྣམས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་ཡང་མི་གནས་ན་  
 ཡུན་དུ་གནས་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ཏེ་རང་ཉིད་ཤིན་དུ་གཡོ་  
 བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱད་མེད་  
 དང་འགྲོགས་པའི་དགའ་བ་ཤིན་དུ་གཡོ་ཞིང་མི་བརྟན་  
 པར་བརྗོད་འདོད་ཀྱིས་སྤྱིན་དང་སྒྲོག་འབྱུང་ཡུན་དང་  
 མཚུངས་པར་བྱས་ཏེ་སྦྱད་པའི་དོན་དུ་བསྒྲགས་པ་འདི་  
 རི་སྦྱད་པའི་མཚུངས་སྦྱར་རོ། །གཞན་ཡང་མདོན་  
 འབྱུང་གི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་དུ། སྤྱིས་བྱ་  
 རྣམས་ལུས་སྤྱིད་མཚོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆུ་ཡི་ཆུ་བྱར་  
 དང་། །དུས་རྒྱུད་གིས་སྦྱོད་ལས་ཀྱི་འཁྲི་ཤིང་ཆེ་ཡི་མེ་  
 ཏོག་དང་། །སྤྱི་མའི་བྱད་མེད་མིག་ནི་རྣམ་པར་གཡོ་བ་  
 དག་གི་ཆ། །འདི་ལ་བརྟན་པ་ཉིད་དུ་མདོན་པར་ཁེངས་  
 པ་འདི་ནི་ཅི། །ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་ངོ་། །

སྐབས་འདིར་རྗེ་བོད་མཁས་པས། མཚུངས་སྦྱོར་རྒྱན་  
 འདིས་དཔེ་རྒྱན་མཚན་ཉིད་ལས། རྟོགས་སུ་གྱུར་པའི་  
 བྱད་ཆོས་རིམ་ལྔར་སྟོན། བཀའ་འདིར་བཀོད་པའི་  
 དཔེར་བཞིན་རྣམ་གཉིས་ཀྱང་། མང་པོའི་དཔེ་རྒྱན་  
 ཅུ་སྟེང་མེན་ནས། ཞེས་དོགས་པ་བསྐྱངས་ནས་  
 རང་ལན་དུ། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་རྒྱས་པར་བཤད་  
 མོད། དོན་གྱི་སྟངས་པོ་དཔེ་རྒྱན་རང་ལའང་ནང་གསེས་  
 སུ་དབྱེ་ན་དཔེ་མཚན་དམན་དང་། བཞིན་ཚུལ་གྱི་རྣམ་  
 པ་མི་འདྲ་བ་མང་མོད་ཀྱང་། དེ་ཐམས་ཅད་དོན་གྱིས་  
 ན་དཔེ་དོན་གཉིས་མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཁོ་  
 ནའས། དོན་དེའི་བྱད་པར་མཚན་པའི་ཕྱིར་དཔེ་འགོད་  
 པ་ཤ་སྟག་ཡིན། འདིར་ནི་སྦྱོས་བྱ་ལ་སྟགས་པ་གང་ཡང་  
 རུང་བ་དམན་པ་དེ་ཉིད་གང་ལ་མཚུངས་པར་སྦྱོར་  
 བའི་ཡུལ་ལས། དེ་ལ་མཚུངས་པར་བཞིན་འདོད་ཀྱི་  
 རྟོགས་བྱའི་ཡུལ། ཡོན་ཏན་སྟག་པར་གྲགས་པ་དེ་དང་

དོན་དུ་ན་མི་མཚུངས་ཀྱང་། རྒྱན་འདིའི་བརྗོད་ཚུལ་  
 གྱིས་མཚུངས་པར་གསུང་དུ་སྦྱར་བ་ཞིག་ཡིན་པས་བྱང་  
 པར་ཆེ། འདི་ལའང་བརྗོད་འདོད་ཀྱི་ཉོག་པའི་ས་བོན་  
 ཆ་ཅམ་མཚུངས་པ་ཞིག་ནི་དགོས་སོ། །དེས་ན་མང་བའི་  
 དཔེ་ཡང་། དགའ་མའི་རེག་པ་བསལ་བའི་ཡོན་ཏན་  
 བྱང་འཕགས་ལྷག་པར་མཚོན་ཕྱིར། མཚོན་བྱེད་ཀྱི་དཔེ་  
 མང་དུ་བཀོད་པ་ཅམ་དུ་ཟད་ཀྱི། བྱང་པར་དངོས་  
 བཤད་མ་ཐག་པ་ལས་མ་འདས། མཚུངས་སྦྱར་གྱི་དཔེ་  
 དང་འདི་གཉིས་མཚུངས་པར་སྦྱར་བའི་ངོས་ནས་འདྲ་  
 ཡང་། །དཔེ་རྒྱན་ཡིན་མིན་དང་། བྱ་བའི་ཆ་ག་གཅིག་  
 ལ་བསྐྱས་མ་བསྐྱས་སོགས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡོད་པ་གཞུང་  
 ཉིད་ལ་བརྟགས་ན་གསལ་ཞིང་། རྒྱ་འགྲེལ་ལས་ནི་འདི་  
 དག་གི་བྱང་པར་ཅི་ཡང་མ་བཤད་དོ།

དོན་རྒྱན་ཉི་ཤུ་ཙུ་བདུན་པ། འགལ་བའི་རྒྱན།

ཉི་ཤུ་ཚ་བདུན་པ་འགལ་བའི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཚན་  
ཉིད་སྒྱུར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན། མཇུག་དོན་  
བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།

འགལ་ཟླ་སྒྱུབ་བྱེད་སྒྲུབ་དུ་ནི། །

གང་དུ་ཆོག་དོན་འགལ་བ་རྣམས། །

ཡང་དག་འགྲོགས་པར་རབ་བསྟན་པ། །

དེ་ནི་འགལ་བར་བཤད་དེ་དཔེར། །

སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་བཞིན་བྱ་སྐབས་སུ་བབས་པའི་  
དངོས་པོ་འགལ་ཞིག་རང་བཞིན་གཤིས་གྱིས་འགལ་  
འགལ་བར་ཡོད་པ་ནི་བསྒྱུབ་བྱ། དེ་ལྟར་འགལ་བར་  
སྒྲུབ་པའི་བྱེད་ཆོས་གསལ་བར་བཞིན་པས། བྱེད་པར་  
ཅན་དུས་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་གསལ་བར་གོ་བ་  
ནི་སྒྱུབ་བྱེད་དེ། འདིའི་ཆོག་སྒྲོས་ལས་འགལ་ཟླ་ཡ་

གཅིག་སྟོན་ལ་བཀོད་པ་དེ་བསྐྱབ་བྱ། དེ་ཉིད་སྐྱབ་བྱེད་  
 གྱི་སྦང་དུ་དེའི་གྲོགས་སམ་ཟླ་བོ་ཞིག་སྦར་འགོད་པ་  
 སྐྱབ་བྱེད་ཡིན་ཞེས་སྟོན་པ་ལྟ་བུར་གོ་བ་ཞིག་སྦང་ཡང་།  
 རྒྱ་དཔེ་ཉིད་གྱི་ཆོག་ལའང་དེ་ལྟར་ཡོད་འདུག་པས་  
 འདིར་ཡང་འགྱུར་རྟིང་རང་སོར་བཞག་ལ། འོན་ཀྱང་  
 གོ་དོན་དངོས་འདིར་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་དུ་ཡིན་  
 བོ། །གཞན་ཡང་འདིའི་རྒྱ་དཔེར་བླ་བླ་ལྟ་ཞེས་འབྱུང་  
 བས་གང་དུ་ཆོག་དོན་ཞེས་འགྱུར་བཅོས་པ་ཡིན། དེས་  
 ན་བྱུང་ཆོས་འགལ་བ་གཉིས་བརྗོད་པའི་ཤུགས་ལས་  
 ཆོས་དེ་ལྡན་གྱི་དངོས་པོ་དེ་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་  
 པའམ། གསལ་བར་གོ་བ་གཞུང་གི་དཔེར་བརྗོད་འཆད་  
 འགྱུར་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྣམ་པ་གསལ་བར་རྟོགས་བྱས་  
 མོད། སྐབས་གཞན་དུའང་འདིའི་སྦྱར་བའི་རྣམ་པ་ཆེས་  
 གསལ་བ་དག་སྦང་བ་ནི། དུས་འཁོར་བསྐྱས་རྒྱུ་དུ།  
 བྱོད་ནི་ཤན་ཡང་གཞོན་བྱ་མཐའ་དག་རྒྱལ་བའི་སྐས་

པོ་ཡིན་ཡང་ཐོག་མར་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ཁྱོད། ཁུང་  
 མེད་སྦྱར་ཞིང་ཆངས་པར་སྦྱོད་ལྡན་མཆོག་གི་བྱགས་རྩེ་  
 དག་གིས་འཇིག་རྟེན་གཉིན་ཏེ་གཤེན་རྩེའི་དགྲ། ཁྱོད་  
 རི་ཞི་ཡང་རྩོམ་རྩེ་བཟང་པོ་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་འཕྲོག་  
 པ་ཁྱོད་རི་རྟག་ཏུ་བདུད་ཀྱི་བདུད། ཁྱོད་རི་གྲོལ་ཡང་  
 སྤེད་པ་འདྲིར་རི་འགོ་བ་སྒྲིན་པའི་དོན་དུ་གྲགས་པ་  
 ཁྱོད་རི་རབ་ཏུ་འཇུག་ཅིས་པ་དང་། རྒྱས་འགྲེལ་ངེ་  
 མེད་འོད་དུ། གང་ཞིག་སྤེད་པའི་འཆིང་བ་རྣམས་ལས་  
 གྲོལ་ཡང་སེམས་ཅན་དོན་དུ་སྤེད་པ་འཇིན། །དེ་རི་སྟོང་  
 པའི་དོན་དག་སྟོན་མཛད་དུས་ལས་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 གཏོང་མ་ལགས། །སེམས་ཀྱི་ངེ་མ་ཡང་དག་ཡེ་ཤེས་མེས་  
 བསྐྱེད་རྟག་ཏུ་ཡང་དག་བརྩེ་བས་བརྟམ། །མཛད་  
 སྦྱོད་བརྟག་མིན་སེམས་ཅན་དོན་ལ་དགྲེས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་དེ་ལ་བདག་ཅག་འདུད། ཅིས་དང་། མདོ་སྦྱང་པ་  
 ལས། དཔའ་བོ་གར་སྦྱོད་ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་པ་

ཡིས། །ཁམས་གསུམ་ཡང་དག་འདས་ལ་རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བའང་མིན། །ཉོན་མོངས་བསལ་བར་གྱུར་ཀྱང་སྐྱེ་བ་  
 སྟོན་པར་བྱེད། །ཀ་དང་ན་དང་འཆི་བ་མེད་ཀྱང་འཆི་  
 འཕོ་སྟོན། །ཞེས་འབྱུང་བའི་རྩི་རྩེའི་བཀའ་དྲི་མ་མེད་པ་  
 དེ་དག་རྒྱན་འདིའི་མཆོན་ཉིད་དང་དོན་གྲིས་མཐུན་  
 ཞིང་། གཞན་ཡང་མཁས་མཆོག་བྱ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེས།  
 གང་ཞིག་འབྱུལ་བ་མཐའ་དག་སྤངས་ཀྱང་རྟག་ཆད་སྤྲོ་  
 བའི་ལྟ་བ་ངན་པ་གཞིམ་པ་དང་། །བསྟོད་སྤྲོད་ལ་  
 སོགས་ཆོས་བརྒྱད་སྤངས་ཀྱང་དཀར་ཕྱོགས་ལྟ་རྣམས་  
 འབྱུ་བ་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་། །རྩིས་སུ་ཆགས་པ་མཐའ་  
 དག་སྤངས་ཀྱང་འགྲོ་ལ་ཆགས་པས་བསྟན་པ་ཡུན་དུ་  
 གནས་བྱའི་ཕྱིར། །ཆོས་རྣམས་ངག་གི་ཡུལ་ལས་འདས་  
 ཀྱང་ངག་གི་ཕྱིང་བས་ཆོས་རྣམས་སྤྱད་མཛད་སྐྱེ་བོས་  
 མཆོད། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་འགལ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། དེ་  
 ལས་གཞན་ཟུ་དྲ་ཡ་ཁྱིའི་རྟོགས་བརྗོད་ཡལ་འདབ་ཏུ།

གང་ན་ཉི་མས་ཐུན་པ་སྒྲིབ་པ་གང་ན་ཐུན་པ་མེ་ཆར་  
 འབེབས། །གང་ན་བདུད་ཅི་ལས་ནི་རབ་དྲག་ནག་པོ་  
 བརྟེན་པ་རབ་གསལ་སྒྲིབ། །ཞེས་པ་ལྷ་བྱ་བྱེད་མེན་  
 དང་། རྣམ་ཐོས་སྤྲོས་ཀྱི་ཤེས་པ་བརྟེན་པར། སྒྲིབ་བྱལ་  
 ཉི་མ་སྒྲིབ་གི་གཟི་འབར་བ། །འདོད་དགུའི་ཆར་  
 འབེབས་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྷན་མེན་གྱི་རྒྱན་དུ་བཤད་པ་  
 སོགས་བྱ་བྱེད་ལས་གསུམ་གྱི་ཆོག་གོགས་ལ་གཙོ་བོར་  
 ལྷོས་པ་རྣམས་རྒྱན་འདི་དང་རྣམ་པ་སྤྲོགས་མཐུན་དུ་  
 ལྷང་ཡང་མེ་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས་སོ། །

༡ གཞི་ཐ་དད་ཀྱི་བྱ་བ་འགལ་བ།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྟེན་པ་ལ་དྲག་ལས། དང་པོ་

གཞི་ཐ་དད་ཀྱི་བྱ་བ་འགལ་བ་ནི།

དང་པོའི་རྒྱལ་པོ་རྣམ་དག་ནི། །



མྱོས་པའི་གདངས་སྟན་ཅ་ཙྰ་འཕེལ། །

མ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱོད་གཞི། །

ཡིད་འོང་ཉིད་དང་བྲལ་བས་ཉམས། །

སྟོན་ཀའི་དུས་སྤྱི་དང་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། འདྲོད་འཇོ་ལས།  
གང་ཞིག་དང་པ་ལྷས་དཀར་ཞིང་རྐང་པ་དང་མཚུ་  
དམར་པོས་མཚན་པ་དེ་ནི་དང་པའི་རྒྱལ་པོ། །ཞེས་  
འབྱུང་བ་དེ་རྣམས་དག་ནི་དགའ་བས་མྱོས་པའི་  
གདངས་སྟན་པ་སྤྱོད་ཀྱིས་པའི་ཅ་ཙྰ་འཕེལ་ལ། མ་བྱ་  
རྣམས་ནི་དུས་དེར་ཆར་སྤོང་འབྱུག་སྤྱོད་ཅན་མེད་པས་  
ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྤྱོད་གཞི་སྤྱོད་ཀྱིས་པ་དང་བྲལ་བས་  
ཉམས་སོ་ཞེས་དང་པ་དང་མ་བྱ་དག་གཞི་ཐ་དད་  
འཕེལ་བ་དང་ཉམས་པའི་བྱ་བ་འགལ་བ་འགྲོགས་པས་  
གཞི་ཐ་དད་ཀྱི་བྱ་བ་འགལ་བའི་རྒྱན་ནོ། །

༢ ཡོན་ཏན་འགལ་བ།

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་འགལ་བ་ནི།

དབྱར་སྐྱེས་ཆུ་འཛིན་དག་གིས་ནི། །

ནམ་མཁའ་ཡུལ་ངན་ལྟ་བུར་སྒྱུད། །

ཆགས་པ་ཡིས་ཀྱང་འགྲོ་བ་ཡི། །

ཡིད་ནི་ཀུན་ཏུ་ཆགས་པར་གྱུར། །

དབྱར་ལས་སྐྱེས་པའི་ཆུ་འཛིན་ཆར་སྒྲིན་སྒྲོན་པོ་དག་  
གིས་ནམ་མཁའ་ལ་དུངེ་ན་ཡ་ཏེ་ཞེས་པའི་སྐྱ་ཡུལ་ངན་  
ཏེ་ཉིན་མོ་ངན་པར་སྒྱུད་ལ། ཡང་བྱེད་པ་པོ་སྒྲིན་དེ་  
ནམས་ཁོ་ནས་ཆགས་པ་སྟེ་དགའ་བའི་འགྱུར་བ་ཡིས་  
ཀྱང་འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀུན་ནས་ཆགས་པར་འགྱུར་  
རོ། །འདིར་ཡུལ་ངན་ཆགས་བྲལ་སྒྱུ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་།  
ཆགས་པ་དགའ་བའི་ཡོན་ཏན་ཏེ་དེ་གཉིས་གཤེས་ཀྱིས་

འགལ་བའི་ཆོས་བརྗོད་པས་ན་ཡིན་ཏན་འགལ་བ་སྟེ།  
འབྲེལ་བ་ལ་ལར་རྐང་བ་སྤྲོམ་གཉིས་ངང་བ་དང་། བྱི་  
མ་གཉིས་མ་བྱུ་ལ་བསམ་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན་ཞེས་  
འཆད་པ་ནི་གང་དྲན་བཀོད་པའི་བབ་ཅེས་ཅམ་སྟེ་  
གཞུང་དོན་དང་མ་འབྲེལ་ལོ། །

༣ རྣམ་འགལ་བ།

གསུམ་པ་རྣམ་འགལ་བ་ནི།

སྐད་པ་ཕྱ་ཞིང་རོ་སྦྱང་སྦྱོམ། །

མཆུ་དམར་མིག་ནི་དཀར་བ་མིན། །

སྟེ་བ་དམར་ཞིང་རྒྱ་མ་མཐོ། །

བུད་མེད་ལྷས་ཀྱིས་སྤྲོམ་བཅོམ། །

སྒྲིང་པ་མཆོག་ཏུ་སྤྱ་ཞིང་རོ་སྦྱང་དེ་ཚང་ར་སྦྱོམ་པ་དང་  
 མཆུ་སྦྱོམ་དམར་ཞིང་མིག་ནི་དཀར་བ་མེན་པ་སྟེ་  
 གནག་པ་དང་། སྟེ་བ་ཟབ་པས་དམར་ཞིང་རྩ་འབྱར་  
 མཐོ་བའི་བུད་མེད་ཀྱི་ལྷས་ཀྱིས་སྤྱ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ་  
 ཐམས་ཅད་བཅོམ་མོ། །ཞེས་པའི་དོན་དྲོ། །འདིར་སྤྱ་བ་  
 དང་སྦྱོམ་པ་ལ་སོགས་པ་ལྷས་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཀྱི་རྣམས་པན་  
 ཚུན་འགལ་བ་འགྲོགས་པར་བསྟན་པའི་བྱིར། སྦྱོབ་  
 དཔོན་རལ་ལྷ་སྦྱོས་རྣམས་འགལ་ཏུ་བཞེད། དག་གི་དབང་  
 ལྷག་གི་སྒྲིང་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་  
 སྤྱ་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་འགལ་བར་བརྗོད་ཅིང་། དེ་  
 དང་ལྡན་པའི་ལྷས་ནི་གཞན་འཛོམས་པ་ལ་རྒྱ་ཉིད་  
 དོ། །ཞེས་པས་རྒྱ་འགལ་ཏུ་བཞེད་པའི་བྱུང་པར་ཡོད་  
 དོ། །

༤ ཡོན་ཏན་ནམ་རྣམས་དང་ལས་འགལ་བ།

བཞི་པ་ཡོན་ཏན་ནམ་རྩེས་དང་ལས་འགལ་བ་ནི།

པད་ཚུའི་ལག་པ་ཟུ་ཤིང་བཟ། །

པརྩའི་གདོང་དང་ཟུའི་མེག།

ཁྱོད་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱིས་བདག་ཅག་རྣམས། །

གཏུང་རྩེས་མེན་ནམ་ལྷས་ཅན་མ། །

ཀྱི་ལྷས་ཅན་མ་ཞེས་བོད་ནས། མཉེན་འཇམ་པད་ཚུ་ལྟ་  
བུའི་ལག་པ་ཅན། མཐུང་ཟུམ་ཟུ་ཤིང་ལྟ་བུའི་བཟ་ཅན།  
དཀར་མཛེས་པརྩ་ལྟ་བུའི་གདོང་པ་ཅན། གནག་ཅིང་  
དཀྱིས་རིང་ཟུའི་འདྲ་བའི་མེག་ཅན་ཏེ་ཁྱོད་ཚོས་དེ་  
རྣམས་དང་ལྷན་པའི་ཁྱོད་པར་ཅན་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷས་ཀྱིས་  
བདག་ཅག་འདོད་ལྷན་རྣམས་གཏུང་རྩེས་པ་མེན་ནམ་  
ལྟ་བུ་པར་གཏུང་རྩེས་པ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་  
པད་ཚུ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་བསེལ་བའི་ཡོན་

ཏན་ཅན་ཡིན་པ་དང་། ཆགས་པའི་གདུང་བས་རྒྱད་  
 བསྐྱེག་པ་འགལ་བས་ཡོན་ཏན་དང་འགལ་བའམ། ཡང་  
 ན་བསེལ་བའི་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པ་ད་རྩ་ལ་སོགས་པ་  
 དང་འགལ་བས་རྣམ་འགལ་ལམ་བསེལ་བའི་དངོས་པོ་  
 དུ་མ་ཆོགས་པས་རྒྱད་བསྐྱེག་པའི་བྱ་བ་བྱས་པ་ལས་  
 འགལ་བའང་ཡིན་ནོ། །ཞེས་རིན་ཆེན་དཔལ་གྱིས་  
 བཤད། ངག་གི་དབང་ལྷག་གིས། བསེལ་བའི་རྣམ་  
 དགའ་བར་འོས་པ་རྣམས་གདུང་བར་བྱེད་པ་དང་  
 འགལ་བའོ་ཞེས་འཆད་དོ། །

སྐབས་འདིར་འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ། དཔེ་རྒྱན་  
 མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་འབྲུ་མང་པོའི་ཆོག་སྤྱད་དང་  
 འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར། ཅན་ཞེས་བདག་པོའི་སྤྱོད་  
 པ་ནི་འབྲུ་མང་པོའི་ཆོག་སྤྱད་དང་། མེད་པ་ནི་རྒྱན་  
 འདི་ཉིད་ཡིན་པའི་བྱུང་པར་དུ་བཤད་ཀྱང་། ཆོག་སྤྱད་

གྱི་སྒོ་ནས་ནི་འདི་གཉིས་ཀ་གཞན་དོན་གྱི་བསྐྱབ་པ་ཡིན་  
 བས་བྱུང་པར་ཅི་ཡང་མེད། ཡོད་ཀྱང་མི་དགོས། སྦྱར་  
 འདི་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་མེད་དཔྱད་ན་ནི་བྱུང་  
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་གཅིག་ཏུ་འབྲུལ་པའི་གཞི་གཏན་ནས་  
 མེད་དེ། མཚུངས་གསལ་གྱི་དེ་ནི་ཆོག་སྦྱང་འདིས་དཔེ་  
 དཔེ་ཅན་གཉིས་མཚུངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ།  
 འདིར་ནི་ཡོན་ཏན་ནམ་རྩལ་དང་ལས་འགལ་བ་རྣམས་  
 འགྲོགས་པར་སྟོན་པའི་ཆོག་སྦྱར་ཡིན་པས་རྣམ་པ་འདྲ་  
 བར་སྦྱང་ནའང་བཟོད་འདོད་གྱི་དབང་གིས་ཤིན་ཏུ་ཐ་  
 དད་ཀྱང་བཟོད་ཚུལ་ཀྱང་བསེལ་བའི་རྩལ་གྱིས་གདུང་  
 བར་རྒྱས་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་དང་རྩལ་དང་ལས་འགལ་  
 བའི་འགལ་བ་དེ་རྣམས་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྦྱང་དེ་ལ་  
 སྦྱོས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅི་ཡང་མེད་ལ། ཅན་ཞེས་  
 པའི་བདག་པོའི་སྦྱ་ནི་གཉིས་ཀ་ལའང་རྒྱ་དཔེར་ཡོད་  
 བས་བྱུང་པར་དུ་མི་རུང་ངོ་།།

༥ གཞི་གཅིག་པའི་བྱ་བ་འགལ་བ།

ལྷ་པ་གཞི་གཅིག་པའི་བྱ་བ་འགལ་བ་ནི།

སྦྱང་ཆལ་རྒྱང་གིས་རབ་སྦྱང་པ། །

ཚྭ་ཏ་ཅས་ཀ་ཡི་རྩལ། །

རེག་པ་མེན་ཡང་འགོན་པོ་ཡི། །

མེག་ལ་མཆི་མ་ཟག་པར་བྱེད། །

སྦྱང་མོས་ཆལ་རོལ་རྩེད་ཀྱི་གཞིར་བྱས་པའི་ནགས་  
ནམས་སུ་རྒྱང་གིས་སྦྱང་ཅིང་གཡོ་བའི་ཤིང་ཚྭ་ཏ་ཨ་མ་  
དང་ཅས་ཀའི་མེ་ཏོག་གི་རྩལ་ནམས་མེག་ལ་མ་རེག་  
ཀྱང་འགོན་པོ་བྲལ་བས་ཉན་པ་ནམས་ཀྱིས་སྦྱང་ཆལ་  
དེ་མཐོང་མ་ཐག་དགའ་བས་ཆགས་པ་བསྐྱངས་ཏེ་རང་  
གི་དགའ་མ་དྲན་པས་མེག་ལ་མཆི་མ་ཟག་པར་བྱེད་  
དོ། །ཞེས་མེག་གི་གཞི་གཅིག་གི་སྦྱང་དུ་རྩལ་གྱི་རེག་པ་



བཀག་པ་དང་། མཆི་མ་ཟག་པར་བསྟན་པའི་དགག་  
སྒྱུབ་ཀྱི་བྱ་བ་གཉིས་འགལ་བས་ན་གཞི་གཅིག་བྱ་བ་  
འགལ་བའི་རྒྱན་ལོ། །

དུག་པ་སྒྱུར་བའི་འགལ་བ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

གྲི་རྩུ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་པ། །

དྲི་རྩུ་རྒྱ་མ་ལ་མེ་རྒྱ། །

ཡུ་ཏི་མེ་ཤ་ས་རྒྱ་ཡ་ཏྲ། །

ཀ་སྒྱ་ཏི་ཀ་ལ་སྒྱ་ཏི་ཏི། །

ཞེས་པ་འདི་ལ་འབྱུག་ཡུལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་དང་མཐུན་  
པའི་འབྱུར་གསུམ་ཙམ་བྱུང་བའི་དང་པོ།

སྟན་པར་སྒྲིག་མ་བྱོང་གྱི་མེག།

ནག་དཀར་རྩིས་སྒྱ་དམར་བ་ཡང་། །

རྣ་བ་དག་ལ་བརྟེན་པ་ནི། །

སྲ་ཡི་ཡིད་བརྟན་ཉིད་དུ་གྱུར། །

ཀྱེ་སྟན་པར་སློག་མ་ཞེས་བོད་ནས་བྱོད་ཀྱི་མིག་འབྲས་  
གྲིཙ་སྟེ་ནག་པོ་དང་། དེའི་མཐའ་ཨཱཱ་ན་སྟེ་དཀར་བ་  
དང་། ཨཱཱ་རྟ་མིག་སློན་དམར་བ་སྟེ་བྱད་ཚས་གསུམ་  
དང་ལྗན་ཞིང་ཤེན་དུ་དགྱུས་རིང་བའི་མཐའ་རྣ་བ་ལ་  
བརྟེན་པ་ནི། སྲ་ཞིག་གིས་མཐོང་བ་དེ་ཆགས་པས་ཡིད་  
བརྟན་ཅིང་རྣལ་དུ་གནས་པར་འགྱུར་ཏེ་མི་འགྱུར་  
རོ། །ཞེས་པའོ། །ཡང་གྲིཙ་དང་ཨཱ་རྟ་རྟ་དག་སྤར་ཡང་  
སྤྱི་འོར་བྱས་པའི་ཕྱོགས་གཅིག་ལ། བྱབ་འཇུག་སྤྱི་  
སྤྱབ་ལ་ཆགས་ཀྱང་། ཀཱ་ལ་བརྟེན་ཏེ་བ་ནི། སྲ་ཡི་  
ཡིད་བརྟན་ཉིད་དུ་འགྱུར། གྲིཙ་ནི་ནག་པོ་སྟེ་འཇུག་པ་  
བཅུའི་ནང་ཚན་གཅིག་གི་མིང་ཡིན་པ་འདྲིར་བྱབ་  
འཇུག་ལའང་མིང་དེས་སློས་ནས་བྱོད་སྲུ་བསེང་བུ་ལྗན་

ནང་ཚན་སྲིད་སྐྱབ་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་བརྟེ་བས་སྐྱོང་  
 བཞིན་དུ། ཡང་དེའི་དག་བོ་ཨ་རྒྱ་རྩ་ཇ་སྟེ་ཡུལ་ཨ་རྒྱའི་  
 རྒྱལ་བོ་ཀུ་ལ་ཡང་རྩེས་སུ་ཆགས་ཤིང་བྱམས་པས་  
 སྐྱོང་བ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སུ་ཞིག་ཡིད་ཆེས་ཞེས་པ་དང་།  
 ཡང་ཕྱོགས་ཅིག་ཤོས་ལ་འབྱུག་པ་ལྟར་ན། རྒྱ་མོ་སྲིད་  
 སྐྱབ་ལ་རྩེས་ཆགས། །ཀུ་ལ་བཏེན་ལྟ་བུ་ནི། །སུ་ཡི་ཡིད་  
 བཏེན་ཉིད་དུ་འགྱུར། །སྐབས་འདིར་གྱིཾ་ནི་རྒྱ་མོ་སྟེ་  
 སྲིད་སྐྱབ་ཀྱི་ཆུང་མ་དྲོ་བ་དྲོ་ཡིན་པས། ཁྱོད་སྲིད་སྐྱབ་  
 ལ་ཆགས་ཤིང་དེའི་དག་བོ་ཀུ་ལ་ཡང་འདོད་པ་  
 བཏེན་པའི་སྐྱོད་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སུ་ཞིག་ཡིད་ཆེས་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། །འདི་ལ་སྐྱར་ཐང་པས་རྩེས་འགལ་  
 ཅམ་ལ་ངོས་བབྱང་བ་ནི་སྐྱར་བ་ཡོད་པ་གཏན་ནས་མ་  
 མཐུན་པར་བྱང་ལ། མིག་གི་སྐབས་སུ་ཁ་དོག་གི་ཡོན་  
 ཏན་གསུམ་འགལ་བ་དང་། ཕྱོགས་གཞན་གཉིས་ལ་མི་  
 མཐུན་པའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་ཆགས་པས་འགལ་བ་

དང་། སྒྲ་སྒྲ་ཡོད་པའི་བྱིར་སྒྲ་བའི་འགལ་བ་ཞེས་  
 བྱའོ། །གྲང་ཐང་པས་འཇིག་སྒྲེའི་ཆུང་མ་གྱི་ཕྱོད་དང་གོ་རྒྱུ་  
 གཉིས་མ་འཆམས་པར་ཡུལ་ཀྱི་རྒྱ་ར་འཐབ་པ་སོགས་  
 བཤད་པ་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ན་ནི་མི་སྒྲང་། གཞན་ལས་  
 ཀྱང་མ་ཐོས། འོན་ཀྱང་དྲོ་པ་དྲོ་སྒྲིང་སྒྲིབ་དང་ཀྱི་  
 གཉིས་ཀ་ལ་མཛའ་བ་དང་། དེ་གཉིས་དགྲར་གྱུར་པ།  
 ལྷ་བྱབ་འཇུག་ཀྱང་གཉིས་ཀ་དང་མཐུན་ཕྱོགས་སུ་གྱུར་  
 པ་སོགས་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་ནི་ཆེས་རྒྱས་པར་ཡོད་  
 དོ། །འདིར་བོད་ཀྱི་འགྲེལ་པ་རྣམས་སུ་སྒྲིང་སྒྲིབ་ཀྱི་དགྲ་  
 བོ་རྣ་ཅན་ཞེས་འབྱུང་བ། བྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་དུ།  
 རྣ་ཅན་འཐབ་དཀའ་ལ་སོགས་ལ། ཞེས་འབྱུང་བ་ལ་  
 བྱངས་བཏོན་པར་སྒྲང་ནའང་། གཞུང་འདིའི་རྒྱ་དཔེར།  
 ཀམ་རྟེ་རྣ་བའི་སྐད་དོད་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་ཕན་རྒྱུན་  
 བྱིན་པའི་ཤུལ་མེད་པས་བོད་སྐད་ལའང་རྣ་བ་ལ་  
 བཏོན་ཅེས་པ་འཐད་ཀྱི། རྣ་ཅན་ལ་བཏོན་ཟེར་བ་

བསྐྱར་ན་མི་རུང་ངོ་། །གཞན་ཡང་རྒྱ་དཔེར་དམིགས་  
 པའི་སྐད་དོད་ཡོད་པ་བོད་སྐད་དུ་ལོ་རྩ་བས་བརྟེན་  
 ཞེས་བསྐྱར་བ། བྱབ་འཇུག་དང་མིག་གི་སྐབས་སུ་བས་  
 འཕུལ་ར་མགོ་འགྲེང་བྱ་ཅན་དང་། རྩོམ་པ་དྲུའི་ཕྱོགས་ལ་  
 བས་འཕུལ་ས་མགོ་ཅན་དགོས་པའི་སྡེབ་དག་གི་བྱད་  
 པར་འཇུག་ཀྱང་། འདིར་སྐྱར་བའི་སྐབས་ཡིན་པས་  
 དགོས་པའི་དབང་གིས་ཕྱོགས་གསུམ་ཀ་ལའང་བས་  
 འཕུལ་ར་མགོ་ཅན་ཁོ་ནར་བྱེད་པ་མི་འགལ་བར་  
 བཞེད་དོ། །འདི་ལ་འཆད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་  
 ཀྱང་། འདིར་ནི་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མ་མ་དུ་པརྟེན་ཆེན་པོས་  
 རྒྱ་འགྲེལ་ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་གསུང་བཤད་གནང་བའི་  
 དགོངས་དོན་གཙང་མ་གཞུང་ཆོག་འདོན་ཚུལ་མི་འདྲ་  
 བའི་འགྱུར་བྱད་གསུམ་དང་བཅས། བཅོས་སྟངས་མེད་  
 པར་བཀོད་པ་ཡིན་པས། རྒྱ་གར་བའི་དག་རྒྱན་  
 འབྲམས་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་བོད་ཡུལ་འདིར་བྱས་པའི་ལོ་

རྒྱལ་འགྲེལ་ཞིག་ལ་ཁྱེད་པོ་ལ་ནས་སྤྱོད་འབྱེད་པར་  
མི་བྱའོ།

གསུམ་པ་མཇུག་དོན་བསྐྱེད་པ་ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱལ་འདི་རྣམ་པ་ནི།

དུ་མ་ཉིད་དུ་རབ་ཏོགས་བྱ།

བཤད་ཟིན་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟར་འགྲེལ་བའི་རྒྱལ་འདིའི་  
རྣམ་པ་ནི་ད་དུང་ཡང་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཉིད་དུ་གནས་  
པ་རབ་དུ་ཏོགས་པར་བྱའོ། །དེས་ན་དེ་ཉིད་མཚན་ཕྱིར་  
རྩ་བའི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། གཉིས་དང་  
བཅས་ཀྱང་གཉིས་སུ་མེད། ལྷིང་དུ་ཕྱོགས་ཀྱང་དུད་  
པའི་བཞིན། ལྷུང་ཀྱང་འཇམ་པར་རེག་པ་ཡི། ལྷུ་མའི་  
ཁྱེད་ཅན་རི་དྲགས་མིག་ཅེས་པའོ།

དོན་རྒྱལ་ཉིད་བརྒྱུད་པ། སྐབས་མིན་བསྟོད་པའི་རྒྱལ།

ཉི་ཤུ་ཙ་བརྒྱད་པ་སྐབས་མེན་བསྟོད་པའི་རྒྱན་ལ་  
གཉིས། མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཞིན་པའོ། །དང་པོ་  
མཚན་ཉིད་ནི།

སྐབས་མེན་འདོད་པས་བསྟོད་པ་ནི། །

སྐབས་སུ་མ་བབས་བསྟོད་པ་ཡིན། །

ཕྱི་རོལ་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ་ན་དེ་ལྟར་བསྟོད་མི་འོས་  
ཤིང་སྐབས་སུ་མ་བབ་པ་ཡིན་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་ངན་པས་  
གཙུག་པ་སོགས་ཡིད་འབྱུང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱན་གྱིས་སློ་  
བསྐྱར་བའི་གནས་སྐབས་དེར་རང་གི་འདོད་པ་ཁོ་ན་  
དབང་བཅན་པར་བྱས་ཏེ། ཡུལ་མི་འོས་པ་ལ་བསྐྱགས་  
པ་བཞིན་པ་ནི་སྐབས་སུ་མ་བབ་པར་བསྟོད་པའི་རྒྱན་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཞིན་པ་ནི།

གཞན་མི་བསྟེན་པ་རི་དྲགས་རྣམས། །

འབད་མེད་རྟེན་པར་སྤྲོ་བའི་ཞོར། །

ཁྱ་དང་ཅུ་ཡི་སྤྱད་སྤྱོད་ཀྱིས། །

ནགས་རྣམས་སྤྱི་ནི་བདེ་བར་འཛོ། །

གཞན་དག་ངོ་སྤྱད་གི་བསྟེན་མི་དགོས་པའི་རི་དྲགས་

འདི་རྣམས་འབད་མེད་དུ་རྟེན་པར་སྤྲོ་བའི་ཞོར་ཉེ་

བར་མཁོ་བ་འབབ་ཆུའི་བཏུང་བ་དང་། ཅུ་ཡི་སྤྱད་སྤྱོད་

དང་། ཤིང་གི་ལོ་མའི་བཟའ་བས་ནགས་ཀྱི་གནས་

རྣམས་སྤྱི་རང་དབང་དུ་སྤྱོད་ཅིང་བདེ་བར་འཛོ་བ་ནི་

སྐལ་བ་ཤིན་དུ་བཟང་ཞེ། བདག་ཅག་ཀྱང་དེ་ལྟ་བུའི་

ཚུལ་དུ་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་ཞེས་པའོ།

དེ་འཆད་པ་ནི།

རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་འབྲུང་ཉོན་མོངས་པ། །



ཤེན་ཏུ་སྐྱོ་བའི་ཡིད་ཅན་གྱིས། །

སྐབས་སུ་མ་བབས་ཉིད་ཏུ་འདིར། །

རི་དྲགས་སྐྱོད་ཚུལ་འདི་དག་བསྟགས། །

རྒྱལ་པོའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བའི་འཁོར་རྒྱལ་པོའི་གཞན་  
དབང་གི་བྱ་བ་མང་པོས་ཉོན་མོངས་ཤིང་སྟུག་བསྟུལ་  
བས་ཡིད་འབྱུང་བའི་སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་གིས་བརྗོད་པ་  
ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱལ་པོའི་འཁོར་གྱིས་རི་དྲགས་  
ལ་སྟོན་ཅིང་བསྟོད་པ་འདི་འདྲ་སྟེར་སྐབས་སུ་མ་  
བབས་ཀྱང་། བྱ་བ་མང་པོས་ངལ་ཞིང་སུན་པའི་སྐྱོ་བ་  
སྟོན་པ་ལ་འདི་ལྟར་བརྗོད་པའང་སྟན་ངག་མངོས་པར་  
བྱེད་པའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །འདིའི་འགྱུར་སྟུར། ཡིད་འབྱུང་  
ཁེངས་པ་ཅན་གྱིས་ནི། །ཞེས་བསྟུར་ཡང་ཁེངས་པ་ཡོད་  
ན་ཡིད་འབྱུང་བ་དང་འགལ་ཞིང་སྐབས་མེན་བསྟོད་པ་  
ཡང་བརྗོད་དོན་མ་བྱུང་བས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་བྱིར།

དབང་ལོ་སྤྱོད་ལྟར་བྱུང་བ་ཡི་ཡིད་ཅན་གྱིས། །ཞེས་འགྱུར་  
 བཅོས་མཛད་པ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་མ་ན་སྤྱོད་ཞེས་པ།  
 མ་ན་སྤྱོད་ལ་ཤིན་ཏུ་འཕུལ་བྱུང་བར་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་  
 པའི་ཕྱིར། མ་ཏུ་ཤིན་ཏུ་བེན་ཆེན་བྱེན་པ་ཡིན་པས།  
 འདིར་ཡང་ཅུང་ཟད་འགྱུར་བཅོས་ནས་བཀོད་པ་ཡིན་  
 རོ། །སྤྱོད་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས། ཆོག་ཤེས་པ་ཡིས་ཡོངས་  
 བསྟོལ་གང་། །བདེ་བར་སྤངས་བའི་ཉོན་མོངས་  
 པ། །ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་བོར་བ་ཡིས། །བདག་ཉིད་ཆེན་  
 བོ་དེ་རྣམས་བདེ། །འདི་ལྟར་སྐབས་མེན་ཉིད་ཏུ་  
 རི། །ཞོར་བསོག་སོགས་ཀྱི་ཉོན་མོངས་ཀྱིས། །ཡིད་བྱུང་  
 དབང་གིས་འཇུག་པ་ཡི། །དྲང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཚུལ་རབ་ཏུ་  
 བསྐྱུགས། །ཞེས་དཔེར་བཅོད་པ་དབང་ལྷོ་ཀྱི་ཏུ་བསྐྱུར་  
 རས་བཀོད་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་ལ་སྤྱོད་འཇུག་  
 ཉིན་དབང་ཕྱག་གིས་སྐབས་འདིའི་བཤད་བྱ་དང་ཏ་  
 ཅང་འབྲེལ་བར་མ་མཛོན་ཏེ། དྲང་སྤྱོད་ལ་བསྤྱོད་པ་

སྐབས་སུ་མི་བབས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །ཞེས་རྒྱ་འགྲེལ་ལའང་དགག་པ་མཛད་པ་ནི་རྣམ་  
 དབྱེ་མ་ཕྱེད་པའི་གསུང་ཅམ་དུ་སྒྲུང་སྟེ། སྤྱིར་འཁོར་བ་  
 ལ་ཡིད་བྱུང་ནས་དབེན་པར་གནས་པ་ལ་དགའ་བའི་  
 སྒྲོས་དྲང་སྒྲོང་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་ན་བསྐྱགས་འོས་  
 བསྐྱགས་པ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་དེ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ་གནས་  
 སྐབས་སུ་ཞོར་གསོག་པའི་དཀའ་ལས། བྱ་དཀའ་བ་དུ་  
 མའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱིས་ཡིད་སྤྱན་པར་གྱུར་པའི་དུས་  
 སྐབས་དེ་ཁོ་ནར་ངལ་ཞིང་དུབ་པའི་དབང་གིས་ཞོར་  
 འོངས་སྟོད་ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས་པ་ལས་དྲང་སྒྲོང་ལྟ་བུ་ཅི་  
 ཡང་མེད་པ་དེ་དགའ་ཞིང་སྦྱིད་པར་བརྗོད་པ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་ཚིག་འཛིག་ཏེན་ན་སྐབས་སུ་མ་བབས་པར་གྲགས་  
 པ་ལ་དགོངས་ནས་དབེར་བརྗོད་པར་མཛད་པས་  
 སོ། །གཞན་ཡང་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་དག་ཕྱེད་  
 གྱི་རྟོགས་པ་བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། ཡང་ཡང་སེན་

མོ་བཏབ་པ་ཡིས། །སྒྲ་བྱེད་ཆགས་ལྡན་པེ་མང་  
འདི། །བསོད་ནམས་ཀྱིས་ནི་འདི་ཡི་མང་། །འཛེགས་  
འོས་ཉིད་གྱུར་སྐལ་བ་ཟང་། །ཞེས་པེ་མང་སེམས་མེད་  
ལ་སྒྲོན་ཞིང་བསྟོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཡང་ངོ་། །

དོན་རྒྱན་ཉེར་དགུ་པ། ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན།  
ཉི་ཤུ་ཙ་དགུ་པ་ཟོལ་བསྟོད་ཀྱི་རྒྱན་ལ་གསུམ། མཆན་  
ཉིད་སྒྱུར་བསྟན། བྱེ་བྲག་དཔེར་བཞིན། དེ་ནམས་ཀྱི་  
དོན་བསྒྱུ་བའོ། །དང་པོ་མཆན་ཉིད་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།

གལ་ཏེ་སྒྲ་བྱེད་པ་བཞིན་བསྟོད་ནས། །

སྒྲོན་ལྟར་སྒྲ་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ཉིད། །

གང་དུ་ཉི་བར་ཐོབ་གྱུར་པ། །

འདི་ནི་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པར་བཤད། །

གལ་ཏེ་སྤང་པ་སྦྱོན་བརྗོད་པ། བཞིན་དུ་བྱས་ཏེ་བསྟོད་  
ནས་རྣམ་པ་སྦྱོན་ལྟར་སྤང་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རང་  
བཞིན་ཆེ་བ་ཉིད་ཆོག་སྦྱར་གང་དུ་ཉེ་བར་ཐོབ་པར་  
གྱུར་པ་ནི་ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྒྱན་དུ་བཤད་དོ། །འདི་  
དང་ཆ་ཡི་རྒྱན་གྱི་བྱང་པར་ནི་སྤར་ཆའི་རྒྱན་ཉིད་ལ་  
གསལ་བར་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་རོ། །

༡ རྒྱན་ཆོག་གྱི་ཟོལ་བསྟོད།

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་གསུམ་ལས། དང་  
པོ་རྒྱན་ཆོག་གྱི་ཟོལ་བསྟོད་ནི།

རྣམ་དཀའ་བྱུང་པ་ཡིས་ཀྱང་། །

འབྱུང་པོ་འཛིན་མ་འདི་ལས་རྒྱལ། །

དེ་ཉིད་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་། །

འདི་ལ་ཁྱོད་ནི་རྒྱགས་མ་མཛད། །

འདི་ནི་སྒྲོན་སྒྲེ་གུ་སྒྲེ། དང་སྒྲོང་ངན་སྒྲོང་གི་བྱ་རྒྱ་མ་  
 ཟེར་བའི་དང་སྒྲོང་ཞིག་བྱང་ནས་དེས་གཞན་གྱིས་སྦྱོད་  
 པར་དཀའ་བའི་དཀའ་ཐུབ་དཀའ་པོ་ཡུན་རིང་དུ་སྦྱོད་  
 པའི་མཐུས། ཆོ་དེ་ཉིད་ལ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་རྒྱུ་པར་  
 རྒྱལ་བ་ཐོབ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་པ་དེ་དང་། ཕྱིས་ར་  
 ཟུའི་རིགས་ལས་བྱང་བ་རྒྱལ་པོ་ཤིང་རྟ་བརྩུ་པའི་བྱ་  
 དཀའ་བྱེད་རྒྱ་མ་ཆར་གྲགས་པ་སྤོན་ཡུལ་འཛོམས་  
 མཁན་དེ་ཡང་དཀའ་ཐུབ་སྦྱོད་པའི་དང་སྒྲོང་དངོས་མ་  
 ཡིན་ཀྱང་། རང་གི་ཡབ་ཀྱི་བཀའ་ནགས་སུ་ལོ་བརྩུ་  
 གཉིས་དཀའ་ཐུབ་པའི་ཚུལ་བཟུང་ནས་འབྱམས་སུ་  
 བརྩུག་པའི་ཕྱིར་རམ། སྒྲོན་སྒྲེ་བ་གཞན་ལ་བསགས་  
 པའི་དཀའ་ཐུབ་ཀྱི་མཐུས་ཆོ་འདིར་ས་ལས་རྒྱལ་བ་  
 ཐོབ་པས་ན་དཀའ་ཐུབ་པ་སྒྲེ། དེས་ན་འདིར་རྒྱ་མ་  
 དཀའ་ཐུབ་པ་ཞེས་པ་དང་སྒྲོང་ངན་སྒྲོང་གི་བྱ་དང་རྒྱ་  
 ཟུའི་བྱ་གཉིས། དཀའ་ཐུབ་པ་དང་རྒྱ་མ་ཞེས་པའི་མིང་

མཐུན་པས་སྐྱ་སྐྱར་བ་སྟེ། དེ་གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ནགས་སུ་  
 གནས་པའི་སྐབས་དེར། དཔུང་ཚྭ་གས་ཡན་ལག་བཞི་  
 མེད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་མཐར་འབྱུང་པོ་འཛིན་མ་སྟེ་  
 ས་གཞི་འདི་ལས་རྒྱལ་ན་ད་ལྟ་དཔུང་ཡན་ལག་བཞི་  
 དང་བཅས་པ་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱ་མ་དཀར་ཐུབ་པ་དེ་  
 དག་གིས་གང་ལ་རྒྱལ་བའི་ས་གཞི་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་ཐོབ་པ་  
 ཡིན་གྱི། དེ་ལས་ལྷག་པ་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་དེ་ཅུ་  
 ལ་ཁྱོད་རྒྱགས་པ་སྟེ་ད་རྒྱལ་བྱ་བར་མི་འོས་སོ། །ཞེས་ང་  
 རྒྱལ་བྱ་རིན་མི་ཚོག་པ་ལྟར་བྱས་པའི་ཐོལ་གྱིས་མཐུ་  
 ཆེན་པོ་ངན་སྤོང་གི་བྱ་དང་ར་སྐྱ་བྱ་དག་དང་མཚུངས་  
 པས་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་  
 བཟོད་པས་ན་མཐུ་ཕུན་ཚྭ་གས་ཀྱི་ཐོལ་བསྟོད་དོ། །དེ་  
 ལྟར་རྒྱ་མ་དཀར་ཐུབ་པ་གཉིས་མེད་གི་སྐྱ་སྐྱར་བའི་  
 སྐྱར་བ་དཔེར་བཟོད་འདི་ལ་ཡོད་ཚུལ་གྱི་བཤད་པ་རྒྱ་  
 འགྲེལ་གཉིས་ཀ་ན་ཡོད་པས། དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འང་གིང་

ཏྲ་བཅུ་པའི་བྱུང་མ་སྟེ་གྲུ་ཏྲ་བྱ་ཅི་ཞིག་ལྟར་བྱབ་པའི་  
 གཟུགས་བབྱང་བས་ན་དཀའ་བྱབ་པ་ཞེས་སོགས་དང་།  
 ཡང་ན་དཀའ་བྱབ་པ་ནི་སྟེ་བ་གཞན་ལ་བསགས་པའི་  
 དཀའ་བྱབ་ཀྱི་མཐུ་དང་ལྡན་པའི་བྱུར་རོ། །སོགས་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ཀྱང་བྱུས་འགྲེལ་མཁན་མང་པོས་ཚད་  
 མར་མི་འཛིན་པར། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་རྣམ་ཐ་ཡབ་ཀྱི་  
 བཀའ་བསྒྲོ་བ་བཞིན་ནགས་སུ་དཀའ་བྱབ་ཀྱི་བརྟུལ་  
 བྱགས་བབྱང་བ་ཁོ་ན་བཟོད་ཀྱི། དེ་བས་གཞན་པའི་  
 སྐྱར་བ་བྱར་མེད་དོ། །ཞེས་རང་གི་མ་གོ་བ་ཙམ་རྒྱ་  
 མཚན་དུ་བྱས་ནས་གཞུང་དོན་ངེ་མར་བྱེད་པའི་དགག་  
 བཞག་མང་པོ་དེ་དག་བྱུང་བར་སྒྲུང་དོ། །ནགས་ཤོད་  
 པ་ཆོས་དབང་གྲགས་པས་མི་ལ་བཞད་པ་རྩོ་རྩེ་ལ་  
 བསྟོད་པར། རྩོ་རྩེ་འོ་སྐྱུ་ལ་དགུན་དུས་ཁ་བ་ཡི། །རེག་  
 པས་མི་བརྩེ་དེ་ལ་ངོ་མཚར་ཅི། །སྤྱིད་གསུམ་བཟ་བ་



གཤམ་མེའི་མེ་ཆེན་གྱིས། །འཆོག་པར་མ་རྣམས་རས་གྱི་  
གོས་འདི་མཆར། །ཞེས་པའང་རྒྱན་འདི་ཉིད་དོ། །

༢ དཔའ་བ་ཕུན་ཆོགས་གྱི་ཟོལ་བསྟོད།

གཉིས་པ་དཔའ་བ་ཕུན་ཆོགས་གྱི་ཟོལ་བསྟོད་ནི།

སྟོན་གྱི་སྐྱེས་བུ་ལས་བཅད་ནས། །

དཔལ་འདི་ཁྱོད་གྱིས་ཡོངས་སུ་སྟོད། །

རྒྱལ་པོ་བུ་རམ་ཤིང་པའི་རྒྱད། །

ཁྱོད་གྱིས་འདི་ནི་རིགས་སམ་ཅེ། །

གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བོད་ནས། བུ་རྩ་ཆ་ཞེས་པའི་སྐྱ་སྟོན་  
བྱང་བ་སྟེ་བྱབ་འཇུག་གི་མིང་ཡང་ཡིན། གནའ་བོའི་  
དུས་གྱི་ས་བདག་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་  
ལའང་སྐྱ་དེ་བཤད་དུ་ཡོད་པས། དེ་དག་ལས་སྐྱའི་སྐྱ་ནི་

དཔལ་ཏེ་དར་བའི་རྒྱལ་མིང་དམ་ལྷ་མོ་དཔལ་མོ་ལ་  
 འཇུག་པས་དེ་དག་སྦྲ་སྦྲར་ནས། སྒོན་གྱི་སྦྲེས་བྱ་དེ་དག་  
 གིས་ལོངས་སྦྱོད་བཞིན་པའི་རྒྱལ་མིང་དམ་ལྷ་མོ་དཔལ་  
 མོ་འཕྲོག་ནས་ལོངས་སྦྱོད་པ་འདི་ཉ་བྱ་རྒྱལ་པོ་བྱ་རམ་  
 ཤིང་པའི་རིགས་རྒྱད་དུ་སྦྲེས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་རིགས་སམ་  
 ཅི་སྟེ་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་མི་འོས་པའི་བྱ་བ་ལ་སྦྱང་པའི་  
 རྩོལ་གྱིས་ལྷ་མཐུ་བོ་ཆེ་བྱ་བ་འཇུག་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་མིང་  
 འཕྲོག་པ་དང་དཔལ་མོ་ཕྱལ་བའི་བཙུན་འབྲུས་བྱུང་  
 འཕགས་ཏེ་དཔལ་བ་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན། རྒྱ་འགྲེལ་  
 གཉིས་ན་འདིའི་གཏམ་རྒྱུད་ཏེ་ཅང་མི་གསལ་ཡང་། བྱ་  
 རམ་ཤིང་པའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་བཟང་ལྷན་  
 ཟེར་བ་ཞིག་གིས་བྱ་བ་འཇུག་གི་ཆུང་མ་ལྷ་མོ་དཔལ་མོ་  
 ལ་ལོངས་སྦྱོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་སྦྲར་བ་ཡིན་ཟེར་  
 བ་ཅམ་འདུག་གསུངས། དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འང་དེ་དང་  
 མཐུན་པར་བཤད། གཞན་བོད་འགྲེལ་མང་པོར་དེ་འདྲ་

བའི་གཏམ་རྒྱུད་མེད་པས་སྐྱར་བ་གཞི་མ་གྲུབ་པོ། །ཞེས་  
རང་རང་གི་མཁྱེན་རབ་མཐིལ་སྟོན་པའི་གསུང་མང་པོ་  
འབྱུང་བ་རྣམས་ནི་དེར་ཟད། གལ་ཏེ་གཏམ་རྒྱུད་མེད་  
ན་རྒྱལ་པོ་བྱ་རམ་ཤིང་པའི་རྒྱུད་ཅེས་ངེས་བབྱུང་བྱས་  
པའང་ཅིར་འགྱུར་དཔྱད་པས་གསལ་ལོ། །

༡ སྐྱར་བའི་ཟོལ་བསྟོད།

གསུམ་པ་སྐྱར་བའི་ཟོལ་བསྟོད་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་བཙུན་མ་ས་གཞི་ནི། །

ལག་འགྲོའི་སྟོ་ག་དག་ལ་ཆགས། །

ཅི་སྤང་ཁྱོད་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ནི། །

མཆོག་གི་མཐའ་རུ་འཛོགས་པར་གྱུར། །

གྲེ་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་གྲིས་ལོངས་སྟོང་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་ཅིང་  
 གཅེས་པར་བསྐྱེད་ས་དགོས་པ་ལ་སོགས་པས་བཅུན་མོ་  
 དང་དྲ་བའམ། བཅུན་མོར་གྱུར་པའི་ས་གཞི་ཆེན་པོ་  
 འདི་ནི་རྩ་ཇོ་ཉེ་ལག་འགྲོ་སྟེ་དང་སྟེ་བོ་ངན་པ་དང་།  
 རྟོ་ག་ཞེས་པ་ལུས་དང་ལོངས་སྟོང་གྲེ་ཕྱོགས་གཉིས་ལ་  
 འཇུག་པ་དག་སྐྱ་སྐྱར་ནས། ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་སྟེ་གཏི་  
 ཐུག་ཅན་ལྷག་མ་ཅན་གྱི་ལུས་ལ་ཆགས་ཤིང་གནས་  
 ཞེས་པའམ། ཡང་ན་སྟེ་བོ་ངན་པ་རྣམས་ཀྱང་ས་གཞི་  
 འདི་ལ་གནས་ཤིང་འགྲོགས་ནས་ལོངས་སྟོང་པ་ཉིད་  
 འདིས་མི་འདོར་བས་ན། ལོངས་སྟོང་ལ་ཆགས་པ་སྟེ་  
 དེས་ནི་སྟེ་བོ་ངན་པ་དེ་དག་དང་། རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ལོངས་  
 སྟོང་པའི་ཡུལ་ཐུན་མོང་དུ་གྱུར་པ་འདི་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་ང་  
 རྒྱལ་མཆོག་གི་རྩེར་འཛུགས། ཞེས་སྦྱང་པ་ལྟར་བྱས་  
 པའི་ཐོལ་གྲིས་ས་ཐམས་ཅད་གྱི་བདག་པོར་གྱུར་པ་  
 བཟོད་ཅིང་བསྟོད་ནས་སྐྱ་སྐྱར་བའང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་

སྐྱར་བའི་ཟླ་བ་སྟོང་ཞེས་བྱ། འདྲིར་བཅུན་མོ་ཞེས་པ་  
 རི་ས་གཞི་མཐའ་དག་ལ་བཅུན་མོ་སྟ་བུར་རང་དབང་  
 དུ་སྟོང་པ་སྟོན་པའི་དཔེ་ཅམ་དུ་སྟོས་པའམ། ས་གཞི་ལ་  
 བཅུན་མོའི་མིང་གིས་བཟྃ་པ་ཅམ་ལས་བཅུན་མོ་  
 དངོས་འདྲིར་བཟྃ་བྱ་མ་ཡིན་ཞིང་། སྟོབ་དཔོན་དག་  
 གི་དབང་ཕྱག་གིས། བྱོང་གྱི་བཅུན་མོ་གཞན་གྱིས་  
 བཟུང་བའོ། །ཞེས་སྟངས་ཅིང་། སྟོགས་གསུངས་པའང་ས་  
 གཞི་ལ་བཅུན་མོའི་མིང་གིས་བཟྃ་ནས། དེ་གཞན་  
 གྱིས་བཟུང་བ་སྟེ་སྟེ་བོ་དན་པ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལ་ལོངས་  
 སྟོང་ཅིང་གནས་ཞེས་སྟངས་པའི་ཟླ་བ་གྱིས། བསྟོང་པའི་  
 ཕྱོགས་ལ་ལག་འཁྱོ་སྒྲུའི་རྒྱལ་པོ་ཤེ་ཤེའི་སྟོ་ག་ལུས་ལ་  
 གནས་པའི་ས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱོང་དབང་ངོ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ལྟར་མ་གོ་བས་བོད་རྣམས་ཀྱིས་  
 བཅུན་མོ་དང་ས་གཞི་གཉིས་སྐྱར་ནས། ས་གཞི་སྒྲུའི་  
 ལོངས་སྟོང་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཆགས། །བཅུན་མོ་སྟེ་བོ་དན་པ་

རྣམས་དང་ལོངས་སྤྱོད་པའི་འབྲིག་བདེ་ཆགས། ཞེས་  
 སྤྱད་པའི་ཟོལ་གྱིས་རྒྱལ་པོ་དང་བཙུན་མོ་ཤིན་ཏུ་  
 མཇོམ་ཞིང་མཐུན་པ་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་པར་འདོད་པ་  
 དང་། ཁ་ཅིག་གིས་འདོད་པ་དེ་དང་ངག་དབང་གྲགས་  
 པའི་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དུམ་བུ་དཔང་རྟེན་ཏུ་བསྐྱར་བ་ན།  
 ཁྱོད་གྱི་བཙུན་མོ་གཞན་གྱིས་བབྱང་བའོ། ཞེས་འབྱུང་  
 བ་བཙུན་མོ་དངོས་ཡིན་པར་བསམས་ནས་འཆད་ཚུལ་  
 དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱད་པ་མཐར་ཐུག་ཏུ་སོང་བས་ཟོལ་གྱིས་  
 བསྟོད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། ཞེས་དགག་བཞག་བྱེད་པ་  
 དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་སྤྱད་པ་བཙུན་མོ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱར་  
 བ་སྤྱད་ཏུ་གཙོ་བོ་སྤྱད་པ་གཞི་བཟོས་མེད་ཏུ་བཞག་པ་  
 དང་། བཙུན་མོ་སྤྱད་པ་ལོངས་སྤྱོད་ཅོར་བུའི་རྒྱན་ལ་ཆགས་  
 པ་ཡིན་ཞེས་འགྲེལ་པ་སོགས་གཏད་སོ་མེད་པའི་བཟོས་  
 པ་མང་པོ་དེ་ཀྱན། བཙུན་མོ་སྤྱད་པ་སྤྱད་པའི་སྤྱད་པ་  
 ཞེས་པའི་དཔེ་ཉིད་དོན་ཏུ་འབྲུལ་བ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ།

དེས་ན་འདི་འབྱུང་ལ་སོ་ཆེ་ཞིང་དཀའ་གནས་སུ་གྱུར་  
 པས། འདི་ཐད་ཀྱི་རྩ་བའི་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་དུམ་བུ་བསྐྱར་  
 བ་ནི། ལག་འགྲོ་ཞེས་སོགས་ནི་ཁྱོད་ཀྱི་ཚུང་མ་སྟེ།  
 དམན་པ་དང་རིགས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་བུད་མེད་  
 རོ། །འདིར་ལག་འགྲོའི་སྐྱ་ནི་གདེངས་ཀ་འཛིན་པ་དང་  
 རྒྱ་བོ་ངན་པ་བརྗོད་པར་འདོད་པས་སྐྱར་བའོ། །དེའི་སྟོ་  
 ག་ནི་རིམ་པ་ཇི་སྟ་བཞིན་དུ་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དག་  
 ལ་སྐྱར་ཡང་སྐྱར་ནས་བརྗོད་པ་སྟེ། ཡང་དག་པར་  
 ཆགས་པ་ནི་ཀུན་དུ་གནས་པ་དང་འགྲོགས་པའོ། །ཞེས་  
 ཐོས་པས་གཉིས་ཀ་ལ་སྐྱར་བར་བྱའོ། །དེ་བས་ན་ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་ང་རྒྱལ་ཤིན་དུ་སྟག་པ་མཆོག་གི་ས་རོལ་གྱི་  
 མཐར་འཛུགས་པ་འདི་སྟ་བུ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 རོ། །ཞེས་སྐད་པ་བཞིན་དུ་བསྟོད་པ་སྟེ། ས་ཆེན་པོ་མ་  
 ལུས་པའི་རྒྱལ་སྤིང་ལ་དབང་བར་བསྐྱགས་པ་སྟེ་དམན་  
 པ་མཆོན་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེས་ན་

འདིར་ཆགས་པ་ཞེས་པ། དེ་ལ་གནས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི།  
འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆགས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པའང་ཤེས་པ་  
གལ་ཆེན། །

གསུམ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་ཉེ་བར་མཚོན་པ་ལས། །

སྐྱར་བ་ཅན་དང་གཞན་དག་གི།

ཟོལ་གྱིས་བསྟོད་པའི་རྣམ་པ་རྣམས། །

རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་མཐའ་དང་བྲལ། །

བཤད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བརྗོད་དེ་གསུམ་ནི་སྐྱར་བ་  
ཅན་གྱི་ཟོལ་བསྟོད་ཉེ་བར་མཚོན་པའི་དཔེར་བརྗོད་  
ཡིན་ལ། དེས་རིགས་བསྐྱེས་ནས་སྐྱར་བ་ཅན་གྱི་ཟོལ་  
བསྟོད་གཞན་དག་དང་། སྐྱར་བ་མེད་པའི་ཟོལ་བསྟོད་  
ཀྱི་རྣམ་པ་རྣམས་རབ་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་མཐའ་དང་བྲལ་



བར་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་  
 ཉིད་མཆོན་པའི་ཕྱིར་རྣམས་ལྷོས་དཔེར་བརྗོད་མཛད་པ།  
 ས་ཆེན་པོ་ནི་མ་ལུས་པ། །བྲང་འགོ་ཡིས་ནི་རྣམ་པར་  
 བཟུང་། །རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱལ་སྤྱིད་ཆེ། །ཐོབ་ལ་མངོན་  
 པར་ང་རྒྱལ་ཅི། །ཞེས་པ་འདི་ལ་རྒྱན་ངོས་འཛིན་གྱི་  
 གསལ་ཁ་མི་འདུག་ཀྱང་རང་བཞིན་བརྗོད་གྱི་ཟོལ་  
 བསྟོད་དོ། །སྤྱི་མའི་དབང་གིས་འཛིག་རྟེན་འདི། །ཁྱོད་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་བརྒྱལ་བའི་སྟོ། །ནག་པོའི་སྤྱིད་ལྷན་ཁྱོད་ཀྱི་  
 གྲགས། །སྤྱི་བར་བྱེད་ལ་མཆར་ཅི་ཡོད། །ཅེས་ས་ཆེན་པོ་  
 ལ་དབང་བའི་རྒྱལ་སྤྱིད་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་བསྟོད་  
 པའི་ཕྱིར་ནག་པོ་སྟེ་བྱུང་འདུག་མེད་ལྱང་གི་གཟུགས་  
 ཀྱི་སྟོབས་ལྷན་གཡོ་ཐབས་ཀྱིས་བསྐྱུས་ནས་ས་ཆེན་པོ་  
 འདི་ཐོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་སྤྱིར་བ་སྤྱིར་བའི་ཟོལ་བསྟོད་  
 དོ། །ཡང་། མངོས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་རྣ་བ་ལ། །ལྷན་ལ་བཟུང་  
 བའི་རོལ་བ་ཡི། །རྒྱལ་གྱིས་མིག་ནི་དུད་གྱུར་པས། །ཆེར་

སྟེམས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་ཅི། །ཞེས་རབ་བརྟགས་ཀྱི་  
ཟོལ་བསྟོད་རྣམས་སོ། །

དོན་རྒྱན་སྐྱམ་ཅུ་པ། དེས་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན།  
སྐྱམ་ཅུ་པ་དེས་པར་བསྟན་པའི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་  
ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་པའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིན་ནི།

གལ་ཏེ་དོན་གཞན་འཇུག་པ་ཡིས། །

དེ་དང་མཚུངས་པའི་འབྲས་བུ་འགའ། །

མཚོག་གམ་མཚོག་མེན་སྟོན་བྱེད་པ། །

དེ་ནི་དེས་པར་བསྟན་པ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་དོན་དེས་པར་བསྟན་བྱ་དེ་ལས་གཞན་པའི།  
སྟོན་བྱེད་དཔེའི་འཇུག་པ་འཇིག་རྟེན་ན་ཡོངས་སུ་  
གྲགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས། རང་དང་། རྟོགས་མཚུངས་

པའི་མཆོག་དམ་པ་དང་། མཆོག་མེན་ངན་པ་སྟེ་གང་  
ཡང་རུང་བ་གསལ་ཞིང་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ནི་ངེས་པར་  
བསྟན་པའི་རྒྱན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
མཆོག་ངེས་བསྟན་ནི།

ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་ཀྱིས་ནི། །

པརྟ་རྣམས་ལ་དཔལ་སྟེར་བྱེད། །

ཡུན་ཆོགས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དག།

གྲོགས་པོ་རྗེས་འཇོན་བསྟན་པའི་ཕྱིར། །

ཉི་མ་འཆར་བ་ཉིད་ཀྱིས་པརྟ་རྣམས་རབ་ཏུ་རྒྱས་པའི་  
དཔལ་སྟེར་བར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྟོན་བྱེད་དཔེའི་འཇུག་པ་  
སྤར་བཀོད་ནས། དེ་ཅིའི་སྦྲད་དུ་ཡིན་ཞེ་ན། རྒྱེས་བུ་  
དམ་པ་ཡུན་སྤུམ་ཆོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུར་གྲུབ་

ཕ་ཉི་མ་ལྷ་བྱ་ན་མས་ཀྱིས་གྲོགས་པོ་ཕྱྭ་ལྷ་བྱ་ན་མས་ལ་  
 ཕན་འདོགས་ཤིང་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་འདི་གསལ་བར་  
 ལྷོན་པའི་ཆེད་དུ་འོ། །འདི་ནི་བལྟན་བྱ་དོན་དང་ལྷོན་  
 བྱེད་དཔེ་གཉིས་ཀ་མཆོག་དུ་གྱུར་པས་ན་མཆོག་ངེས་  
 བལྟན་གྱི་རྒྱན་ནོ། །དཔེར་བརྗོད་འདིའི་རྟེན་པ་སྤྲ་བྱེ་གོ་  
 རིམ་སྤྲ་ཆོགས་སུ་བྱས་པ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་དཔེ་ཉིད་གྱི་གོ་  
 རིམ་ལྟར་ལེགས་པས་འདིར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་  
 ཡིན། ལྷོབ་དཔོན་དཔལ་ལྷན་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲུང་པོས་རྗེ་  
 བལྟན་འཇམ་པའི་དཔལ་ལ་བསྟོད་པ་མཛད་པར། འདི་  
 ལྟར་མིག་སྤྲན་དང་མཚུངས་པའི། །ཅོད་པན་བྱེད་བས་  
 མཛེས་པ་ནི། །ཉོན་མོངས་བྱེད་ཤིང་ཡེ་ཤེས་མེད། །དུ་  
 བའི་རི་མོ་ལྷ་བྱར་མཆོན། །ཞེས་པའི་རྟེན་པ་སྤྲ་མ་  
 གཉིས་གསལ་བྱེད་དམ་ལྷོན་བྱེད། བྱེ་མ་གཉིས་བལྟན་  
 བྱེད་མ་གསལ་བྱ་ཡིན་པས་ངེས་བལྟན་གྱི་རྒྱན་དུ་འང་  
 བཤད་བྱང་ངོ་། །གཉིས་པ་མཆོག་མིན་ངེས་བལྟན་ནི།

ཟླ་བའི་ཟེར་གྲིས་རེག་པ་ན། ཟུན་པའི་འཕྲེང་བ་རྒྱབ་  
 པར་གྱུར། །འཕྲལ་ལ་རྒྱལ་པོ་དང་འགལ་རྣམས། །ངན་  
 པའི་མཐར་འགྱུར་གསལ་བར་བྱེད། ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་  
 གྲིས་རེག་པ་ན་ཟུན་པའི་འཕྲེང་བ་སྟེ་ཟུན་པ་སྟུག་པོའི་  
 ཚྲིག་རྣམས་རྒྱབ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་ནི་དོན་གཞན་  
 གྱི་འཇུག་པ་སྟེ་སྟོན་བྱེད་དོ། །དེའི་དགོས་པ་ཅི་ཞེ་ན།  
 རྒྱལ་པོ་དང་འགལ་ཞིང་དགྲར་གྱུར་པའི་འབངས་  
 རྣམས་འཕྲལ་མ་ཉིད་དུ་གནས་སྐབས་ངན་པའི་མཐའ་  
 གྱུད་པར་འགྱུར་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཆེད་  
 དུ་འོ། །ཞེས་རྒྱལ་པོ་ངན་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་བསྟན་བྱ་  
 ཡིན་པས་མཚེག་མིན་ངེས་བསྟན་ལོ། །འདིར་རྒྱལ་པོ་  
 དང་ཟླ་བ་གཉིས་རྩ་ཇ་ཞེས་པའི་སྤྱུ་སྤྱར་ནས་དེ་དག་  
 དང་འགལ་བའི་འབངས་ཀྱི་སྤྱི་པོ་དང་ཟུན་པའི་ཚྲིག་  
 རྣམས་རྒྱབ་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་  
 པའང་ཡིན་མོད། དཔེར་བརྗོད་སྤྱི་མ་ལ་གྲོགས་པོའི་སྤྱི་

ཉི་མ་དང་སྒྲ་སྒྲུང་དུ་འཆད་པ་ནི་གཏན་ནས་མི་འབད་  
དེ། གྲོགས་པོའི་སྐད་དོད་སྲ་ཉིད་ཅེས་པ་ཉི་མ་ལ་འཇུག་  
པའི་སྐབས་ནམ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

དོན་རྒྱན་སོ་གཅིག་པ། ལྷན་ཅིག་བཟོད་པ།  
སྲུམ་རུ་རྩ་གཅིག་པ་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པ་དང་། རྩ་གཉིས་  
པ་ཡོངས་བརྩེས་ཀྱི་རྒྱན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་མཉམ་  
དུ་བཤད། སོ་སོར་དཔེར་བཟོད་པའོ། །དང་པོ་མཚན་  
ཉིད་མཉམ་དུ་བཤད་པ་ནི།

ཡོན་ཏན་ལས་རྣམས་ལྷན་ཅིག་གི།

དངོས་པོ་བཟོད་པ་ལྷན་ཅིག་བཟོད། །

དོན་རྣམས་བསྐྱེལ་བ་གང་ཡིན་པ། །

ཡོངས་བརྩེས་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་དཔེར། །

ཡོན་ཏན་དང་ལས་རྣམས་གང་དུ་ལྷན་ཅིག་སྟེ་ཅིག་  
ཅར་དུ་ཡོད་པ་ཉིད་བཟོད་ཅིང་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་  
ལྷན་ཅིག་བཟོད་པའི་རྒྱན་དང་། འོན་ཡོན་ཏན་དང་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཕན་ཚུན་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
བཟོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཡོངས་བརྩེས་ཀྱི་རྒྱན་ཡིན་  
འོ། །

༡ ཡོན་ཏན་ལྷན་ཅིག་བཟོད་པ།  
གཉིས་པ་སོ་སོར་དཔེར་བཟོད་པ་ལ། ལྷན་ཅིག་བཟོད་  
པའི་རྒྱན་ལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡོན་ཏན་ལྷན་ཅིག་  
བཟོད་པ་ནི།

ད་ནི་མཚན་སོ་འདི་དག་རྣམས། །

བདག་གི་དབུགས་དང་ལྷན་ཅིག་རིང་། །

ཟླ་བའི་རྒྱན་ལྷན་མ་རྣམས་ཀྱང་། །

བདག་ལུས་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་སྟེ།

བྲལ་བས་ཉེན་པའི་དུས་ད་ནི་མཚན་མའི་ཐུན་གསུམ་  
 པོ་འདི་རྣམས་བྲལ་བས་ཉེན་པ་བདག་གི་དབྱུགས་  
 རྒྱགས་རིང་ནར་གྱིས་འབྱུང་བ་དང་ལྷན་ཅིག་རིང་  
 ཞིང་། ཟླ་བའི་རྒྱན་དང་ལྷན་པ་མཚན་མའི་ནམ་མཁའ་  
 རྩོ་བསངས་མའི་ཕྱོགས་རྣམས་ཀྱང་བྲལ་བའི་གདུང་  
 བས་ཉམས་པ་ཅན་བདག་གི་ལུས་ཉིད་དང་ལྷན་ཅིག་  
 སྟེ། །ཞེས་ཆོས་ཅན་གཉིས་ཀ་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་  
 རིང་བ་དང་སྟེ་བའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དུས་ཅིག་ཅར་དུ་  
 འབྱུང་བ་བརྗོད་པས་ན་ཡོན་ཏན་ལྷན་ཅིག་བརྗོད་  
 པའོ། །སྟེ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གིས་རིང་བ་དང་སྟེ་བ་  
 དག་ཡོན་ཏན་ཡིན་པ་ངོས་མ་བཟུང་བས་ཀྱི་གྲ་མཛད་སྟེ་  
 མ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོན་ཏན་གྱི་བརྗོད་བྱ་ངོས་མ་བཟུང་སྟེ་  
 ཞེས་བཀག་ནས། རང་བཞིན་ཡིད་སྤྲུབས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་



རྒྱས་པའི་ཡོན་ཏན་བཟོད་པས་ན་ཡོན་ཏན་སྟན་ཅིག་  
བཟོད་པའི་རྒྱན་མོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་། བྲལ་བས་ཉན་  
པ་ནི་ཡིད་སྒྲུབས་ཀྱི་འདོད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་པ་  
འང་མ་ཡིན་ལ་རིང་བ་དང་སྐྱ་བ་ཉིད་གཟུགས་དང་ཁ་  
དོག་གི་ཡོན་ཏན་ངེས་པར་ཡིན་པ་མ་མཁྱེན་པའི་རྣམ་  
འགྱུར་འགྲེལ་པར་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་གཞན་སྟོང་པོས་  
དབེན་མོ།

༡ བྱ་བ་ཐ་དད་པ་སྟན་ཅིག་བཟོད་པ།

གཉིས་པ་བྱ་བ་ཐ་དད་པ་སྟན་ཅིག་བཟོད་པ་ནི།

འགྲོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྤོངས་པ་དང་།

སྟན་ཅིག་སྩེ་ཏའི་དོག་པ་རྒྱས།

དེ་དག་མཆི་མ་དང་མཉམ་དུ།

མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱང་དག་འབབ།

འགྲོན་པོ་བྲལ་བ་ཅན་རྣམས་ཆགས་པའི་རྒྱས་ཚིངས་པ་  
 རྒྱས་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཤིང་རྩ་ཏ་ས་ཏ་ཀླ་རའི་དོག་པ་  
 རྩེ་རྩེ་མ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱས་ཤིང་འཕེལ་ལོ། །ཡང་འགྲོན་པོ་  
 དེ་དག་གི་གདུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་མཆི་མའི་རྒྱན་ནམ་  
 དབྱགས་ཀྱི་བྱགས་རིང་འབབ་པ་དང་མཉམ་དུ་སྟོ་མ་  
 ལ་ཡའི་རྒྱང་དག་ཀྱང་འབབ་བོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་བྱ་བ་  
 ཐ་དད་པ་རྒྱས་པ་དང་འབབ་པ་དག་དུས་ཅིག་ཅར་  
 རམ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འབྱུང་བ་བརྗོད་པས་ན་བྱ་བ་ཐ་དད་  
 པ་དག་ལྷན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན་གཙོ་བོ་དང་། རྒྱ་  
 འབྲས་ལྷན་ཅིག་པ་མཚར་བའི་རྒྱ་ཡང་ཞར་ལས་ཐོན་  
 པའོ། །དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་ལས་ཀྱ་ན་ལའི་རྟོགས་པ་  
 བརྗོད་པའི་ཡལ་འདབ་ཏུ། ཅསྟ་ཀ་འདབ་རྒྱང་གིས་  
 བསྐྱོད་པ་ཡི། རྩིངས་ཡིག་གིས་ནི་བྱམས་པ་སྐྱེད་བྱེད་  
 ཅིང་། །འདོད་དང་ལྷན་ཅིག་དབྱུང་གི་དང་པོ་

ཁུ་བྱུག་གི་སྐྱོ་སྐྱོ་གས་པའི་རྒྱལ་སྐལ་བ་བཟང་བ་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་དང་། རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་བཟང་པོ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་  
ཀྱི་བཟང་དང་། དཔྱད་ཀའི་དུས་ཀྱི་ཉིན་མོ་རྣམས་སུ་སྐྱེ་  
བོ་ཀུན་གྱི་དགའ་བ་རྣམས་ལྷན་ཅིག་དག་དུ་འཕེལ་



ངེས་པར་བསྟན་པ་ཅུང་ཟད་བྱ།

ས་སྤྱོད་ནྟམས་ལ་མཚན་བསྟན་པ།

སྟེར་བྱེད་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་ཡིས།

དེ་དག་གྲགས་པ་ཀྱི་མུང་དཀར།

ཡུན་རིང་དག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་ཕྱོག་

དེ་ལྟར་ལྟན་ཅིག་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པའི་  
ཚུལ་རབ་ཏུ་བསྟན་ཟེན་ནས། མཚན་ཉིད་ལྡར་བརྗོད་  
ཟེན་པ་ཡོངས་སུ་བརྗོད་པའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་  
བྱེད་པ་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ངེས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྟན་  
པར་བྱའོ་ཞེས་མཚམས་སྤྱར་ནས་དཔེར་བརྗོད་པ་  
དངོས་ནི། ས་ལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་དབྱ་ཁྱར་གྱི་  
པའི་རྒྱལ་པོ་ནྟམས་ལ་རལ་གྱི་ལ་སོགས་པའི་མཚན་  
བསྟན་ཏེ་འཆི་བ་སྟེར་བར་བྱེད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་

རྟལ་ཁི་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བ་འདིས། དག་ལྷར་གྱུར་པའི་  
 རྒྱལ་པོ་དེ་དག་གི་གྲགས་པ་ཀུ་མུ་ད་ལྷར་དཀར་བ་དུས་  
 ཡུན་རིང་པོར་སྐྱབ་ཅིང་བསགས་པ་དེ་རྣམས་འཕྲོགས་  
 ཤིང་སྤངས་སོ། །ཞིས་མཚན་བསྐྱུན་པ་ལས་དང་། གྲགས་  
 པ་ཡོན་ཏན་བརྩེས་པས་ན་ཡོངས་བརྩེས་ཀྱི་རྒྱན་  
 རོ། །འདིའི་དཔེར་བཟོད་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་སྟུ་  
 ཀུན་ཏུ་དགའ་བའི་སྒྲོས་གར་དུ། བྱོད་ཀྱི་སྒྲིང་ལས་ཁྲག་  
 རྣམས་ནི། །བདག་གིས་མཆུ་ཡིས་རབ་ཏུ་འཕྲོག། སྐར་  
 ཡང་བྱོད་ཀྱི་བརྟན་པ་འདིས། །བདག་གི་སྒྲིང་ཉིད་  
 འཕྲོག་པར་གྱུར། །ཅིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 གཞོན་ཏུ་སྒྲིན་ལ་ཞོན་གྱིས་སྟུ་དུང་གི་གཙུག་ཕུད་ཅན་  
 སྐབས་པའི་ཆེད་དུ་སྟུ་ལུས་མཁའ་ལྗོངས་ལ་བྱིན་ནས།  
 རྩོས་པའི་ཆེ་ནའང་ཇི་མི་སྟུ་མ་པར་མ་བཟད་དགའ་བས་  
 སྟུ་ལོང་རྒྱས་པ་ལ་མཁའ་ལྗོངས་གིས་སྐྱས་པར་སྟུ་དག་  
 མཁན་གྱིས་བཀོད་པ་ལྟ་བུའོ། །

དོན་རྒྱུ་སོ་གསུམ་པ། ཤེས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ།

སུམ་ཅུ་ཅུ་གསུམ་པ་ཤེས་བརྗོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་གཉིས།  
མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བརྗོད་དོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་  
ནི།

མངོན་པར་འདོད་པའི་དངོས་པོ་ལ། །

སྟོན་པ་ཤེས་བརྗོད་ཞེས་བྱ་དཔེར། །

མངོན་པར་འདོད་པ་སྟེ་དོན་དུ་གཉེར་བྱའི་དངོས་པོ་  
ལ་སྟོན་པའི་ཆོག་སྦྱར་ནི་ཤེས་པའམ་ཤེས་བརྗོད་ཀྱི་  
རྒྱུ་ཞེས་བྱའོ། །གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། ངག་ཡིད་  
སྦྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི། །སྤང་བ་དམ་པས་སྦྱོད་ལ་  
སྤངས། །ངག་གིས་བརྗོད་པ་དང་ཡིད་ཀྱིས་བསམ་པའི་  
སྦྱོད་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་རང་ཅག་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་  
ཉམས་ན་མཐའ་བྲལ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དེ་བཞིན་ཉིད་

དང་། བྱི་རོལ་པ་ལྟར་ན་རྟག་པ་དམ་པའི་བདག་ལུས་  
 ཅན་ཀུན་གྱི་རྒྱུད་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པར་འདོད་  
 པ་དེང་སང་འཕགས་ཡུལ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཕལ་སྐད་ལ་རྩོ་  
 ཏི་མུ་རུལ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་གྱིས་སྟོད་ལ་རྟག་ཏུ་  
 སྤངས་ཤིག་ཅེས་སྟོན་ཅིང་ཤིས་པ་བརྗོད་པ་སྟེ། འདི་ལྟ་  
 ཅུ་གཞན་ཡང་སྟོབ་དཔོན་རྩ་སྟེ། ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་  
 འཇིག་རྟེན་མཁྱེན། །བདག་མེད་གཉིས་པོ་ཡང་དག་  
 རིག་སྟོབ་པ་གཉིས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བས། །འཇིག་རྟེན་  
 ངན་འགོ་ལས་སྤངས་ཤིག་ཅེས་དང་། ལྷ་ཀུན་ཏུ་དགའ་  
 བའི་སྟོན་གར་དུ། ལྷ་ནི་སྤང་བྱེད་བདག་གི་བསོད་  
 རྣམས་གང་། །རང་ལུས་བྱིན་ལས་དེ་རིང་གང་བསྐྱབ་  
 པ། །དེ་ཡིས་བདག་ཉིད་སྤོང་པ་སྤོང་པར་ནི། །གཞན་  
 ཕན་སྟོང་པོར་ལྷན་པའི་ལུས་ཐོབ་ཤིག་ཅེས་འབྱུང་བ་  
 ལྟ་བུའོ། །



གཉིས་པ་རྒྱན་གཞན་དུ་འདོད་པ་འདིར་འདུས་ཚུལ་ནི།

རྗེས་འགོ་མེད་དང་ཐེ་ཚཱ་ཅན། །

དག་ནི་དཔེ་རྣམས་ཉིད་ལ་བསྟན། །

དཔེ་ཡི་གཟུགས་ཅན་དག་ཀྱང་འདིར། །

གཟུགས་ཅན་རྣམས་ལ་ངེས་པར་བསྟན། །

རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་འདི་ཡང་ནི། །

རབ་རྟོག་དག་གི་དབྱེ་བ་ཉིད། །

བོད་ཡུལ་འདིར་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དཔྱེད་མེ་ལང་  
འདི་ཁོ་ན་ལས་གཞན་མ་འགྱུར་བས་གཞུང་གཞན་དུ་  
བཤད་པའི་རྒྱན་རྣམས་འདིར་འདུས་པ་དང་མ་འདུས་  
པའི་དབྱེད་པ་བྱར་མེད་པས་དོགས་པ་ཡང་མེད་ཀྱང་།  
འཕགས་ཡུལ་དུ་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྤར་བྱུང་བ་

གཞན་ལས་བཤད་པ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པ་ལ་སོགས་པ་དེ་  
 རྣམས་འདིར་མ་འདུས་སོ་སྟུང་ན་ཞེས་དོགས་པ་  
 བསྐྱངས་ནས། དེ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་འདིར་འདུས་  
 ཚུལ་གཞུང་གིས་དངོས་སུ་བསྟན་པ་ལྟར་ལ། རྗེས་འགྲོ་  
 མེད་པ་སོགས་དེ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་སོ་སོའི་མཆན་  
 ཉིད་དཔེར་བརྗོད་དང་ཞེས་སྟོབ་དཔོན་རྩ་གྲིས་  
 མཛད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་དཔང་  
 རྟེན་དུ་བསྐྱར་ནས་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་  
 འཆད་ན། གང་དུ་དེ་ཉིད་ཁོ་ནས་དེ། དཔེ་དང་དཔེ་  
 ཅན་ཉིད་འགྱུར་ཏེ། །འདྲ་བ་བརྗོད་འདོད་མེད་ཕྱིར་  
 རོ། །དེ་ནི་རྗེས་འགྲོ་མེད་ཅེས་བཤད། ཅེས་མཆན་ཉིད་  
 དང་། སོ་ཅེས་དམར་བའི་ལྷུ་སྟོར་ཅན། སོ་ཡི་འོད་  
 ཟེར་འཕྲོ་བ་ཅན། །ཤུའལ་འདྲ་བའི་འདྲེན་བྱེད་  
 ལྟན། །བྱེད་ཀྱི་གཞོང་པའི་དེ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་དཔེར་  
 བརྗོད་པ་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་འདིར་

མ་འདུས་སོ་ཞེ་ན། སྤར་དཔེ་རྒྱན་གྱི་སྐབས་སུ། ཟླ་བ་  
 པརྒྱ་དག་གི་ནི། །སོགས་གྱིས་དཔེར་བཅོང་པ་ཐུན་མོང་  
 མ་ཡིན་པའི་དཔེ་ཉིད་དུ་བསྟུས་ནས་བཅོང་པ་སྟེ། དེ་  
 ལས་གཞན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་གྱི་རྗེས་འགྲོ་མེད་པའི་  
 རྒྱན་ཞིག་ལོགས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྟོན་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ། དེ་ཉིད་དུ་ནི་སྤྲ་བ་གང་། །སྟོན་བྱེད་  
 ཐེ་ཆོམ་བཅས་བཅོང་པ། ཐེ་ཆོམ་ཅན་དུ་མཁས་པས་  
 ཤེས། །ཞེས་མཆན་ཉིད་དང་། འདི་ཅི་རི་བོང་ཅན་ནམ་  
 དེ་ནི་ཉིན་མོ་རྣམས་གསལ་མེན། །མེ་ཏྲོག་གཞུ་ཅན་  
 ཡིན་ནམ་འདི་ཡི་གཞུ་ནི་མེ་ཏྲོག་ལས་བྱུང་མེན། །ཤིན་  
 ཏུ་མཆར་བའི་བྱེད་ན་རྣམ་པར་བཅལ་ཡང་བདག་གི་  
 སྟོ་གོས་ནི། །སྟོང་མཐོང་གྱུར་པ་ནི་ནི་དོན་ལ་ངེས་པ་  
 ཐོབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པའི་ཐེ་ཆོམ་ཅན་གྱི་རྒྱན་ནི།  
 །སྟོང་གཞོང་ལ་མིག་གཡོའམ་ཅི། །སོགས་ཐེ་ཆོམ་གྱི་  
 དཔེར་བཞུན། དཔེ་ཡིས་དེ་ཡི་དངོས་ཉིད་དུ། །ཉེ་བར་

གཞལ་བྱ་སྐྱབ་བྱེད་ཅིང་། །དཔེ་རུ་བཟོད་པར་བྱེད་པ་  
 གང་། །འདི་ནི་དཔེ་ཡི་གཟུགས་ཅན་ཡིན། །ཞེས་པ་  
 མཚན་ཉིད་དང་། །འདི་ལ་དཔེར་བཟོད་གཉིས་འདུག་  
 པ་རྒྱ་དཔེར་ཉོར་ཁོངས་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་བློས་སྐྱབ་ཏུ་  
 སོང་བ་ལྟ་བུ་ཇི་ལྟར་ནའང་དཔང་རྟེན་ཏུ་བསྐྱར་མ་  
 ཐུབ་པར་བཞག་འདུག་པ་འདིར་རྗེ་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མའི་  
 སྐུན་སྒྲར་ཁྱས་ཏེ་བསྐྱར་ནས་བཀོད་པ་ནི། ཀློག་གི་ཡི་  
 བྲེང་བ་རབ་གསལ་བའི། །ལྟ་མིན་མེ་རབ་འབར་འདིས་  
 བདག་ལ་ཅི། །བལ་བས་རྣམ་པར་ཉམས་པ་སྐྱེད་བྱེད་  
 པས། །འདོད་པའི་དུས་མེད་དགོང་མོ་སྐྱེས་འདི་  
 ཅི། །ཞེས་པའི་ལྟ་མིན་གྱི་མེ་ནི་རྒྱ་མཚོར་ཡོད་པའི་གློད་  
 མ་ཁའམ་རྟ་གཞོང་གི་མེར་གྲགས་པ་དང་། ཀློག་གི་ནི་  
 འདིའི་མེ་རྟོག་གི་དབྱེབས་དང་ཁ་དོག་ནི་ཙོའི་མཆུ་  
 འདྲ་བས། རྒྱ་གཞི་ནི་ཙོ། ཀློག་ཅི་སྟེ། རི་ཙོའམ་ཅི་ཞེས་པ་  
 རྒྱུན་ཤིང་གི་བྱེ་བྲག་ཞིག་གོ། །རྒྱན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དཔེར་

བརྗོད་པ་གཞན་ཡང་། མྱོས་པས་ཀྱན་དུ་དམར་བ་  
 ཡི། །མདངས་ལྡན་བཞིན་གྱི་ཟླ་བ་འདི། །འཆར་ཀའི་  
 དམར་བས་བསྐྱོས་པ་ཡི། །རི་བོང་ཅན་དང་སྐྱོ་སྐྱོ་  
 སྒྲིགས། །ཞེས་པ་བཞིན་ཟླ་བའི་གཟུགས་སུ་བྱས་པས་  
 སྤྱིང་པོ་མཚུངས་པར་ཤེས་པ་ནི། གཟུགས་ཅན་གྱི་རྣམ་  
 པར་རྟོག་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་ཅིང་དེའི་ཁོངས་སུ་རྟོགས་  
 སོ། །འདི་ནི་འགའ་ཞིག་གིས་དཔེའི་གཟུགས་ཅན་དུ་  
 བཤད་དོ། །དོན་དུ་ན་ལྡོག་པ་ཅན་དང་འདྲ་བའི་  
 གཟུགས་ཅན་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཕྱིར་ལྡོག་པ་ཅན་  
 གྱི་གཟུགས་ཅན་དུ་བཤད་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་བཤད་  
 པ་འདི་ཡང་རྒྱ་འགྲེལ་ཉིད་ལས་འབྱུང་ངོ་། །དེས་ན་དེ་  
 ལྟར་དཔེར་བརྗོད་པའི་དཔེའི་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་  
 འདི་ཡང་སྤར་གཟུགས་ཅན་གྱི་རྒྱན་འཆད་པའི་སྐབས་  
 སུ་དཔེར་བརྗོད་པ། བཀའ་པ་བཞིན་རས་ཟླ་བ་  
 འདི། །སྐྱོགས་ཀྱིས་ངེས་པར་བསྐྱགས་ཟེན་ལ། །སྤྱིར་བའི་

འོན་དང་ཡང་དག་ལྷན། རྩུང་ཟད་རབ་རྟོག་དང་ལྷན་  
 ཞིང་། ལྷན་ཡང་གཟུགས་ཅན་འོན་དང་ཡང་། རབ་  
 རྟོག་ཆ་ཤས་ཡིན་ཏེ་དཔེར། ཞེས་མཆན་ཉིད་དང་།  
 འཆར་དང་ཐ་མ་མཚུངས་ཉིད་ཕྱིར། འོད་ལྷན་རྒྱབ་  
 པར་གྱུར་པ་ན། ཉིན་པར་ངལ་བ་གནས་ཆེད་དུ། ལྷན་  
 པའི་ལྷན་ཏུ་འཇུག་བྱེད་བཞིན། ཞེས་སྒྱུར་བ་དང་།  
 རབ་རྟོག་དང་། གཟུགས་ཅན་གྱི་འོན་དང་ལྷན་པའི་  
 རབ་རྟོག་ཆ་ཤས་གྱི་རྒྱན་འདི་ཡང་སྒྲར་བཤད་ཟིན་  
 པའི་རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་གྱི་དབྱེ་བ་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་  
 རྣམས་འདིར་མ་བསྐྱུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འོན་རྒྱན་སོ་བཞི་པ། རབ་སྤེལ་གྱི་རྒྱན།

གསུམ་པ་རྒྱན་བྱི་མ་གཉིས་བཤད་པ་ལ། རབ་སྤེལ་གྱི་  
 རྒྱན་དང་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་གཉིས་ལས། དང་པོ་  
 ལ་གསུམ། མཆན་ཉིད་དང་དབྱེ་བས་མདོར་བསྟན། རྒྱ་

དང་རྒྱ་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་དཔེར་བརྗོད། དེའི་སྐབ་བྱེད་  
དང་རྒྱ་སྤྱིའི་རྣམ་དབྱེའོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་དང་  
དབྱེ་བས་མདོར་བསྟན་པ་ནི།

ཐ་དད་རྒྱ་རྣམས་བསྐྱེས་པ་ནི། །

སྤེལ་མ་དག་ཏུ་བརྗོད་པ་སྟེ། །

ཡན་ལག་ཡན་ལག་ཅན་དངོས་ཀྱི། །

སྐབས་དང་ཐམས་ཅད་སྟོབས་མཚུངས་ཉིད། །

ཅས་པའི་ལྷགས་གཉིས་སྤེལ་མ་ཡི། །

རྒྱ་དག་ལ་ནི་མཚན་པར་བྱ། །

ཐ་དད་པའི་རྒྱ་གཉིས་སམ་མང་པོ་རྣམས་བསྐྱེས་པ་  
སྦྱོར་བ་གཅིག་ལ་གནས་པ་ནི་རབ་སྤེལ་ལམ་སྤེལ་མའི་  
རྒྱ་ཏུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །ནིའི་སྐྱ་ནི་མ་བསྐྱེས་པའི་རྒྱ་

སོ་སོ་བ་རྣམས་ལྟར་མཚན་ཉིད་ལ་སོགས་པ་མེད་དེ་དེ་  
 རྣམས་ཉིད་འདྲེས་ནས་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་སྟོན་  
 པའོ། །བསྐྱེད་པའི་རྒྱན་དེ་རྣམས་སྦྱར་བ་གཅིག་གི་རྒྱན་  
 ལ་ཇི་ལྟར་གནས་ཞེ་ན། དེ་ལ་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ།  
 ཡན་ལག་ཅན་ནམ་བཞུབ་བྱའམ་ཕན་གདགས་བྱའི་  
 དངོས་པོ་སྤར་བཀོད་ནས། དེ་ཉིད་སྦྱབ་བྱེད་དམ་དེ་ཡི་  
 ཡན་ལག་གམ་ཕན་འདྲོགས་བྱེད་ཞིག་ཕྱིས་བཀོད་ནས།  
 དེ་གཉིས་རང་དབང་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཕན་ཚུན་གཅིག་  
 ལ་གཅིག་སྟོས་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ཡང་ཇི་ཙམ་བསྐྱེད་  
 པའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཤུགས་ཆེ་ཆུང་མེད་པར་སྦྱབས་  
 མཚུངས་ཤིང་ཕན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོས་མི་དགོས་  
 པ་སྟེ་དབྱེ་བའི་ལྷགས་སྦྱལ་གཉིས་པོ་འདྲིས་རབ་སྤེལ་  
 གྱི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་མཚན་ཅིང་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པ་  
 ཤེས་པར་བྱའོ།



སྐབས་འདིར་པཎ་ཆེན་སྒྲིལ། ཡན་ལག་ལ་དཔེ་  
 བཀོད། ཡན་ལག་ཅན་རང་བཞིན་བཟོད་དུ་བྱས་པ་  
 གཅིག་དགོས་པར་བཤད་པ་དང་། ངག་དབང་ཆོས་  
 གྲགས་པས་རང་བཞིན་བཟོད་དང་འཁྱོག་བཟོད་  
 གཉིས་བསྐྱེད་དགོས་ཀྱི་འཁྱོག་བཟོད་ཁོ་ན་སྟོང་ཕྱག་ཙམ་  
 བསྐྱེད་ཀྱང་རབ་སྒྲེལ་དུ་མི་འགྲོ་གསུངས་པ་སོགས་ནི་  
 སྒྲོ་གོས་དང་ལྷན་པ་ནམས་ཀྱིས་གཞུང་གི་དཔེར་བཟོད་  
 ཁོ་ན་ལ་བརྟགས་པས་ཀྱང་མི་འཐད་པར་གོ་བུས་ཏེ།  
 དཔེར་བཟོད་ཀྱི་སྒྱུར་བ་འདི་ལ་རང་བཞིན་བཟོད་པ་  
 གཏན་ནས་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་གྱུབ་པ་ལ་སུ་ཞིག་  
 གིས་བསྟོན། རྒྱ་མཚན་དེས་བཤད་པ་དང་དཔེར་བཟོད་  
 མ་འགྲིག་པས། སྤར་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་  
 ཟེན་པ། གཏུམ་མོ་སྒྲོ་བུར་ཉིད་དུ་ནི། །སོགས་དང་།  
 གདོང་པའི་འདམ་སྒྲིལ་སྒྲིལ་འཁྱོག་ཅིང་། །སོགས་ཆ་  
 ཤས་དང་ཆ་ཤས་ཅན་གྱི་གཟུགས་ཅན་དང་སྒྲེལ་མའི་

གྱུན་བསེ་ཚུལ་ཡིན་པར་བཞེད་པ་ནི། ཡོད་པའི་སྒོ་བོར་  
 མེད་པའི་སྤང་མདོར་འབྱམས་པའི་དཔེ་ཁོ་ན་སྟེ། རབ་  
 སྤེལ་གྱི་དཔེར་བཟོད་དངོས་སུ་ཡོད་པ་འདི་ཉིད་བོར་  
 ནས་གཟུགས་ཅན་གྱི་ནང་དུ་བློས་བྱངས་འཆོལ་དགོས་  
 པ་བཞེད་གད་གྱི་གནས་ཏེ། དེའི་འབྲུལ་གཞི་གཞུང་  
 ཆོག་དུ། ཡན་ལག་ཡན་ལག་ཅན་དངོས་གྱི། ཁོགས་  
 གསུངས་པའི་ཡན་ལག་ཅན་བྱད་མེད་ལྟ་བུ། ཡན་ལག་  
 ནི་དེའི་གདོང་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲུལ་དུ་ལོག་པར་རྟོག་པ་ལས་  
 བྱང་འདུག་ཀྱང་། འདིར་ནི་བཟོད་བྱ་གཙོ་ཆེ་ཆུང་གི་  
 སྟེང་དུ་ཡན་ལག་ཅན་དང་ཡན་ལག་གི་རྣམ་དབྱེ་བྱས་  
 པ་ཡིན་གྱི། དཔེ་དཔེ་ཅན་གང་ཡང་རུང་བའི་ལྷས་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ལ་ཡན་ལག་ཅན་དང་། དེའི་ཆ་  
 ཤས་ལ་ཡན་ལག་ཞེས་སྒྲིས་པ་མ་ཡིན་པའང་ཤེས་པར་  
 བྱོའོ།

གཞན་ཡང་། འདྲི་འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས། རྒྱན་  
 གཉིས་བསྐྱེས་པ་ནི་གང་གཙོ་ཆེ་བའི་མིང་གི་ཐོག་མས་  
 གཉིས་ཀ་བསྐྱེས་ནས་བཟོད་པ་སྟེ། དཔེར་ན་དཀར་  
 ནག་ཅེས་དང་། སེར་སྐྱ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། བསྐྱེན་དོར་གྱི་  
 གཟུགས་ཅན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡང་དོ། །རྒྱན་གསུམ་པན་  
 ཆད་ཆ་མཉམ་པ་ལ་རབ་སྐྱེལ་ཞེས་བཟོད་དེ། དཔེར་ན་  
 ཁ་དོག་གསུམ་ཆོགས་པན་ཆད་ཁྲ་བོ་ཞེས་བཟོད་པ་ལྟ་  
 བུ་སོགས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་རྗེ་བོད་མཁས་པས་ཀྱང་  
 ལེགས་བཤད་དོ་ཤེས་བསྐྱེས་བཟོད་མཛད་མོད་ཀྱང་།  
 རྒྱ་འབྲེལ་ནས་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་བཤད་པ་བཞིན་རྒྱན་  
 གཉིས་སམ་མང་པོ་རྣམས་བསྐྱེས་པ་ཞེས་འབྱུང་བས་  
 རྒྱན་གཉིས་བསྐྱེས་པ་སྐྱེལ་མར་མི་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཆན་  
 མེད་དེ། དཔེར་ན་ཆོགས་བཅད་སྐྱེལ་གཉིས་བསྐྱེས་པས་  
 སྐྱེལ་མའི་ལུས་འགྲུབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། ཐ་དད་རྒྱན་རྣམས་  
 ཞེས་པའི་མང་ཆོག་ཀྱང་། རྒྱན་གསུམ་པན་ཆད་སྐྱེལ་བ་

ཡོད་པར་སྟོན་བྱེད་ཡིན་གྱི། དེར་ངེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་  
 པའང་དཔེར་ན། སྤྱིར་བའི་མཆོན་ཉིད་འཆད་སྐབས།  
 དུ་མའི་དོན་ཅན་ཞེས་འབྱུང་ཡང་། དཔེར་བརྗོད་པ་  
 རྣམས་ལ་དོན་གྱི་འཇུག་ཕྱོགས་གཉིས་རེར་ངེས་པ་ཤས་  
 ཆེ་བ་ལྟ་བུའམ། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་ནི། རྒྱ་རྒྱ་ལི་ཀླ་ར་  
 སི་ཤི་ཏྲི་ཞེས་འབྱུང་བས་མང་ཆོག་ཉིད་ཀྱང་མཐའ་  
 གཅིག་དུ་ཡོད་པར་མ་ངེས་ཤིང་། དཔེའི་གཟུགས་ཅན་  
 དང་བསྟོན་དོར་གྱི་གཟུགས་ཅན་སོགས་ཀྱང་རྒྱན་དེའི་  
 བྱེ་བྲག་ཡིན་པ་ལ་བསམས་ནས་སྐབས་དེར་བཀོད་པ་  
 ཡིན་གྱི། རྒྱན་འདྲེས་པའི་ཆ་ནས་སྤེལ་མ་ཡིན་དུ་མི་  
 རུང་བའང་མ་ཡིན་ནོ། །འོན་ཀྱང་ཇི་ལྟར་སྤེལ་བའི་ཚུལ་  
 གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཕྱིར་དཔེར་བརྗོད་ལོགས་སུ་  
 མཇུག་པ་འདི་ལ་རབ་སྤེལ་གྱི་རྒྱན་ཞེས་རྣམ་པར་  
 བཞག་པ་ཅིམ་མོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ནི།

མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་ཀྱི་དཔལ། །

པར་དག་གིས་འགོག་པར་བྱེད། །

མཛོད་དང་ཡུ་བ་ལུན་ཚོགས་པ། །

འདི་ལ་བྱ་དགའ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

ཀྱི་མཛེས་མ་ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ཀྱི་དཔལ་པར་ནམས་  
ཀྱིས་འགོག་པར་བྱེད་དེ། ཁྱོད་ཀྱི་གདོང་པ་པར་ནམས་  
དང་མཚུངས་སོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ་འགོག་པར་བྱེད་ཅེས་  
པ་མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུལ། །དེས་ན་དེ་ཡན་ཆད་  
ནི་བསྐྱབ་བྱའམ་ཡན་ལག་ཅན་ནམ་ཡན་གདགས་བྱར་  
གནས་པ་དཔེའི་རྒྱན་ནོ། །དེ་ནས་རྒྱུ་པ་གསུམ་པ་དང་  
བཞི་པ་གཉིས་ཀྱི་དོན། ཁྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ཁ་དོག་དང་  
དྲི་བསྐྱང་ལ་སོགས་པ་ནམ་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོ་

ནས་མེ་ཏྲིག་པར་དངོས་དང་འདྲ་བར་གྲུབ་ཟེན་པ་  
 དེས་ན། ཀོ་ཏྲ་སྟེ་པར་མེད་དམ་སྟེ་པོ་དང་། དེ་  
 ཏྲ་ཡུ་བ་གཉིས་འདྲ་བར་སྐྱབ་པ་ལ་བྱ་དཀའ་བའི་  
 ཆོག་མེད་ཅི་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ནི་སྐྱབ་བྱེད་དམ་  
 ཡན་ལག་གམ་པན་འདོགས་བྱེད་དུ་གནས་པའོ། །དེ་སྟེ་  
 བྱའི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་སྟེ་ལ་བས་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་  
 རྒྱུ་དུ་གྲུབ། ཡང་རྒྱུ་པ་གསུམ་པའི་རྒྱ་དཔེར། ཀོ་ཏྲ་  
 དེ་ས་མ་གྲ་རྒྱ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་ཀོ་ཏྲ་པར་མེད་པོ་  
 དང་མོར་བྱི་བང་མེད་ལ་འཇུག་པ་དང་། དེ་སྟེ་སྐྱ་  
 པར་མེད་ཡུ་བ་དང་ཡན་ལག་བཞི་པའི་དཔུང་བཟོད་ཚུལ་  
 གྱི་རྣམ་པའི་བྱེད་པར་དབྱུག་པ་སྟེ་བྱ་ཟེར་བ་ལ་འཇུག་  
 ཏེ། འབྲེལ་བ་འདོད་འཛིན། དེའི་དབྱེ་བ་དབྱུག་པ་དང་།  
 སྐྱལ་དང་། དཀྱེལ་འཁོར་ཅན་དང་། འབྲེལ་བ་སྟེ་བཀོད་  
 པའི་རང་བཞིན་རྣམ་པ་བཞི་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་དཔུང་  
 ཆོག་མེད་རྣམས་ཐད་ཀར་བཀོད་པ་ནི་དབྱུག་

པའོ། །དཔུང་ཚྲིགས་མཐའ་དག་པན་ཚུན་འགྲོ་བ་དང་  
 འོང་བས་རྗེས་སུ་འཁོར་ཞིང་འཇུག་པ་ནི་སྦྱལ་  
 ལོ། །དཔུང་ཚྲིགས་རྣམས་དགྲེལ་འཁོར་གྱི་བཀོད་པས་  
 བརྒྱུད་ས་ཏེ་ཐམས་ཅད་དུ་འཇུག་ཅིང་སྦྱལ་གྱི་ལུས་དང་  
 འདྲ་བ་ནི་དགྲེལ་འཁོར་ཅན་ནོ། །དཔུང་ཚྲིགས་རྣམས་  
 གཞན་དང་གཞན་འདུས་ཤིང་སྦྱངས་ནས་གནས་པ་  
 རྣམས་སོ་སོར་འཇུག་པ་ནི་འབྱེར་བའོ། །ཇི་སྐད་དུ། ཀླ་  
 མན་ཀམ། འཕྲེད་ལ་བཀོད་པ་དབྱུག་པ་སྟེ། །རྗེས་སུ་  
 འཁོར་བ་ཉིད་ནས་སྦྱལ། །ཀུན་དུ་འཇུག་པ་དགྲེལ་  
 འཁོར་ཅན། །སོ་སོར་འཇུག་པ་འབྱེར་བའོ། །ཞེས་  
 སོ། །འདི་རྣམས་ཀྱང་སྤར་ཡང་དབྱེ་བ་དང་བཅས་པ་  
 ཉིད་དེ། དེ་ལ་རབ་འཛུམས་དང་། བརྟན་པ་དང་། ས་རྒྱ་  
 ལ་སོགས་པ་བཅུ་བདུན་ནི་དབྱུག་པའི་བཀོད་པ་ཐ་  
 དད་པ་རྣམས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །དེས་ན་ཀོཤ་དང་  
 དར་དེ་དག་སྦྱ་སྦྱར་བའི་སྦྱར་བ་དོན་གཞན་བཀོད་

པའི་རྗེས་འབྲེལ་ལམ། དེ་མཛེས་བྱེད་དུ་སྐྱར་བ་ཙམ་  
 ཡིན་པས་སྐྱར་རྒྱན་ཉིད་གཙོ་བོར་བྱས་པ་རང་རྟེན་  
 ཚུགས་པའི་སྐབས་བཞིན་སྐྱར་གྱི་འཇུག་ཕྱོགས་ཐ་  
 དད་པ་གཉིས་ཀ་ལ་བྱུང་གཞི་རེ་མེ་དགོས་པས། ཀོ་ཤ་  
 བང་མཛོད་དང་དམར་དཔུང་གི་བགོད་ཚུལ་ལ་སྐྱ་དེ།  
 ཡང་ན་འཇུག་པ་ཙམ་གྱིས་སྐྱར་བར་གྲུབ་པ་ལས། བྱུང་  
 ཚེས་དེ་གང་ལ་མངའ་བའི་རྒྱལ་པོ་སོགས་འདི་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེས་འཆད་མེ་དགོས་ཤིང་། རྟེན་པ་སྐྱ་བྱི་གཞན་དང་  
 སྐྱེལ་བའི་བཤད་པའང་མེ་དགོས་ཏེ། སྐྱར་བ་ཉིད་གཙོ་  
 བོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་རྒྱ་འབྲེལ་ནས་གསལ་བར་  
 བཤད་པས་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་  
 སྐྱར་བ་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་ཙན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།  
 དེས་ན་དཔེར་བཙོན་འདི་ལ་དཔེར་རྒྱན་དང་དོན་  
 གཞན་བཀོད་པ་དང་སྐྱར་བ་གསུམ་བསྐྱེས་པར་བཤད་  
 ཀྱང་བྱུང་། ཡང་ན་དེའི་རྗེས་འབྲེལ་ཙམ་ཡིན་པས་སྐྱར་



བ་དོན་གཞན་བཀོད་པའི་ཁོངས་སུ་བསྐྱུས་ནས་དེ་དང་  
དཔེ་རྒྱན་གཉིས་ཁོ་ན་བསྐྱེས་པར་བྱས་ཀྱང་ཚིག་པའི་  
འཆད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་འདི་ཡང་རྒྱ་འགྲེལ་ཉིད་ནས་  
གསལ་བར་བཤད་དོ། །

སྐབས་འདིར་འགྲེལ་མཛད་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་ལྟར་  
མཛེས་མ་ཞེས་པ་ཡན་ལག་ཅན་དང་། དེའི་བཞིན་ཡན་  
ལག་ཏུ་བཞག་ནས་དེ་དག་རང་བཞིན་བཛྲོད་པའི་རྒྱན་  
དུ་བཛྲོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མོངས་ཏེ། དེ་ནི་མིང་ཚིག་རྒྱང་  
པ་ཅུ་ལྟེ་དེ་ལ་རང་བཞིན་བཛྲོད་པའི་རྒྱན་གྱི་མཚན་  
ཉིད་ཇི་ལྟར་ཚང་། དེ་ཉིད་ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་  
ཅན་དུ་ངོས་བབྱང་བའང་མོར་བ་སྟེ་སྤར་བཛྲོད་ཟིན་པ་  
ལྟར་རོ། །གཞན་ཡང་བོད་འགྲེལ་ཐམས་ཅད་དུ་འདི་  
ཉིད་འཆད་ཚུལ་པརྒྱས་མཛེས་མའི་བཞིན་དཔལ་  
དངོས་སུ་འགོག་པའི་དོན་དང་། འདི་ལ་བྱ་དགའ་ཅི་

ཞིག་ཡོད་ཅེས་པའང་མཛོད་དང་ཡུ་བ་ལུན་སུམ་ཚོགས་  
 པའི་པར་མཛོད་མའི་བཞིན་དཔལ་འགོག་པ་ལ་བྱ་  
 དཀའ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅེས་པའི་དོན་དུ་བཀྲལ་བ་ལྟར་  
 ན་པར་སེམས་མེད་ཀྱིས་མཛོད་མའི་བཞིན་དཔལ་  
 འགོག་པ་རབ་བཏགས་སུ་སོང་གི་མཚུངས་གསལ་གྱི་སྒྲ་  
 མེད་པས་དཔེ་རྒྱན་དུ་ཅི་ལ་འགྱུར། འདིར་ནི་རྒྱ་འགྲེལ་  
 གྱི་དགོངས་དོན་ཇི་ལྟ་བར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། སྤེལ་མའི་  
 དཔེར་བཙོན་གཉིས་པ་ཐམས་ཅད་སྟོབས་མཚུངས་ནི་  
 རྟོགས་སྒྲ་བར་དགོངས་ནས་གཞུང་འདིར་དཔེར་བཙོན་  
 མ་མཛོད་ཀྱང་། རྩ་སྤྱོད་རྒྱ་འགྲེལ་དུ་དཔེར་བཙོན་པ།  
 ལྷས་སྤྱ་ལྷ་མ་དུད་པ་དང་། མིག་གཡོ་ཁེངས་བྱེད་བྱེད་  
 མེད་རྣམས། རྣམ་འགྱུར་མེད་པ་སྤང་ཅི་བཞིན། རྟན་  
 པ་ཉིད་དུ་སྤྱ་བར་གྱིས། ཁེས་པ་སྟེ། འདི་ནི་རིགས་དང་  
 དཔེ་སྤེལ་བའོ། །

གསུམ་པ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད་དང་རྒྱན་སྤྱིའི་རྣམ་དབྱེ་བཤད་  
པ་ནི།

རང་བཞིན་བཟོད་དང་འབྱོག་བཟོད་ཅེས། །

ངག་གི་རང་བཞིན་ཐ་དད་གཉིས། །

འབྱོག་པོར་བཟོད་པ་ཐམས་ཅད་ལ། །

ཕལ་ཆེར་སྐྱར་བས་དཔལ་རྒྱས་བྱེད། །

དེ་ལྟ་ན་འདྲིར་སྐྱར་བ་དང་དོན་གཞན་བཀོད་པ་གང་  
རུང་གིས་ཆོག་མོད་གཉིས་ཀ་བསྟན་པས་ཅི་བྱ། དེ་  
གཉིས་ནང་ཕན་ཚུན་དུ་ཡན་ལག་ཅན་དང་ཡན་ལག་  
གི་དངོས་པོར་ཡང་གནས་པ་མ་ཡིན་ན་དོན་གཞན་  
བཀོད་པ་ལ་སྐྱར་བ་རྗེས་འབྲེལ་དུ་བྱེད་པའི་དགོས་པ་  
གང་ཡིན་ཞེ་ན། སྐྱར་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
མདོར་བསྐྱུ་ན་ངག་གི་རང་བཞིན་རྒྱན་གྱི་རིགས་ཐམས་

ཅད་དབྱེ་བའི་གཞི་རང་བཞིན་བཟོད་པ་དང་འབྱུག་  
 བཟོད་ཅེས་བྱ་བའི་རིགས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་བསྟུའོ། །དེ་  
 ལས་འབྱུག་པོར་བཟོད་པ་དངོས་པོ་ཇི་ལྟར་གནས་པ་  
 ལས་རྣམ་པ་གཞན་དུ་བཟོད་པའི་རྒྱན་ཐམས་ཅད་དེ་  
 མང་པོ་ཞིག་ལ་སྦྱར་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པར་བྱས་པས་  
 བཟོད་ཅིང་ཆོག་བསྐྱེད་བ་དང་། འབྲེལ་ཚུལ་དུ་མ་  
 འབྱུང་བ་སོགས་གྱིས་མཁས་པ་རྣམས་དགའ་བའི་  
 དཔལ་རྒྱས་པར་བྱེད་དོ། །འོན་ཀྱང་འབྱུག་བཟོད་  
 འགའ་ཞིག་ལ་མི་སྦྱར་བའང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཕལ་ཆེར་  
 ཞེས་བཟོད་དོ། །རྒྱ་མཚན་དེའི་ཕྱིར་འདིར་ཡང་དོན་  
 གཞན་བཀོད་པའི་འབྱུག་བཟོད་ལ་སྦྱར་བ་རྗེས་འབྲེལ་  
 དུ་གནས་པས་མཛེས་པར་བྱས་པའོ།

སྐབས་འདིར་འབྲེལ་བ་བྱར་གིང་དུ། ཡན་ལག་ཡན་  
 ལག་ཅན་དངོས་ཀྱི། །སོགས་འཆད་པའི་སྐབས་སུ་ཡན་

ལག་མིག་ལྟ་བུ་རྒྱན་གཅིག་དང་། ཡན་ལག་ཅན་གདོང་  
 བ་ལྟ་བུ་རྒྱན་གཞན་གྱི་དངོས་པོར་བྱས་པའི་སྤེལ་མའི་  
 སྐབས་དང་། ཡན་ལག་དང་ཡན་ལག་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ལྟོབས་མཚུངས་པའི་རྒྱན་གཉིས་བསྐྱེས་པ་ཉིད་ཞེས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དང་། གཞུང་གི་དཔེར་བཞིན། མངོས་མ་  
 བྱོད་ཀྱི་བཞིན་གྱི་དཔལ། །སོགས་ཐམས་ཅད་ལྟོབས་  
 མཚུངས་ཀྱི་དཔེར་བཞིན་དུ་ངོས་བབྱང་ནས། ཡན་ལག་  
 དང་ཡན་ལག་ཅན་གྱི་དཔེར་བཞིན་གཞུང་ལས་ལོགས་  
 སུ་མ་བཀོད་ཀྱང་ཕུལ་བྱང་གི་དཔེ་དང་། སྤྱར་བའི་  
 གཟུགས་ཅན་ཞེས་པ་ལྟ་བུས་མཚོན་ཏེ་རྒྱན་མང་པོ་  
 བསྐྱེས་པ་ཡང་རུང་ཡན་ལག་ཅན་དང་། ཡན་ལག་གི་  
 སྐབས་སུ་གནས་པ་དག་ལྟེ་སྤྱར་བཞིན་པའི་རྒྱན་ཉིས་  
 མགོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་སོ། །ཞེས་དང་། གདོང་ཡན་  
 ལག་ཅན་དང་། མིག་ཡན་ལག་ཏུ་བྱས་པ་ནི་བསྟོན་དུ་  
 མེད་པས་སོགས་ནོར་ཚབ་ཆེས་ཆེ་བའི་འཆད་ཚུལ་མི་

འདྲ་བ་ཞིག་བཀོད་འདུག་པ་རྒྱ་འགྲེལ་དང་འཇམ་  
མགོན་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མའི་བཞེད་པ་ཡིན་སྟེ་འདྲ་བ་བཟུང་  
བར་མི་བྱའོ།

དོན་རྒྱན་སོ་ལྷ་པ། དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན།  
གཉིས་པ་རྒྱན་སུམ་ཅུ་ཅ་ལྷ་པ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་  
བཤད་པ་ལ་གཉིས། རྒྱ་དང་ངོ་བོས་བྱད་གཞི་མདོར་  
བསྟན། དེ་ཉིད་བྱད་ཆོས་བཞིས་རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་རྒྱ་དང་ངོ་བོས་བྱད་གཞི་མདོར་བསྟན་པ་  
ནི།

སྟན་ངག་མཁན་བསམ་དགོངས་པ་སྟེ།

སྟན་ངག་གྲུབ་པར་གང་གནས་པ།

རབ་སྦྱར་ཡུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཅན།

དེ་ནི་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་བརྗོད།

རྒྱ་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་སྒྲུབ་པར་བྱེད་  
 པའི་བསམ་པ་ནི་དགོངས་པ། བྱད་པར་ནི་ཐོག་མཐའ་  
 བར་དུ་བྱབ་བྱེད་གྱི་བསམ་པ་ཉི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་པ། རོ་བོ་  
 ནི་བསྟན་བཅོས་གྱི་ལྷས་བཅད་སྒྲུག་སྒྲེལ་མ་གསུམ་གང་  
 ཡིན་པ་དེའི་ཡུལ་ལ་སྟན་ངག་མཁན་གྱི་བསམ་པས་  
 རབ་དུ་སྒྱུར་བའི་རྒྱན། མཆོག་གི་གཞུང་ལས་བཤད་  
 པའི་ངེས་པ་དང་ལྡན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་ཅན་  
 དེ་ནི་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་  
 སྤང་སྤང་དང་ལྡན་པ་ཡིད་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་  
 བསམ་པ་ཁོ་ནའི་དབང་དུ་སྒྱུར་པའི་ཕྱིར་དགོངས་པ་  
 ཅན་གྱི་རྒྱན་ཞེས་བྱ་སྟེ་བྱད་གཞིའོ། །འདི་ལ་འགའ་ཞིག་  
 གིས་དཔེར་བརྗོད་སྟོ་ག་རེ་གཉིས་གཞུང་གི་བསྒྲུས་དོན་  
 ལྟ་བུར་སྒྱུར་བ་ནི། སྟོབ་དཔོན་ངག་དབང་གྲགས་པས།  
 འདི་གཞུང་གི་རྒྱན་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཆོགས་བཅད་  
 གཅིག་དང་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་

པ་བསལ་ལོ། །ཞེས་མི་འཐད་པར་གསུངས་པ་འདི་ཀུན་  
གྱིས་གོ་ཞིང་ཚད་མར་འཛིན་པ་ཞིག་ཀྱང་གལ་ཆེ་བར་  
སྤང་ངོ་།།

འདིའི་གཞུང་ཚོག་རྒྱུ་པ་གསུམ་པ་འདི་འབྱུར་ཁ་ཅིག་  
ཏུ། རྒྱན་གྱི་ཡུལ་ལ་ཡོད་ཡོན་ཏན། །ཅེས་བསྐྱར་བའང་  
ཡོད་པ། རྒྱ་དཔེར་བྲ་སྙོམ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཡོངས་གྲགས་  
རྒྱན་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བསྐྱར་བ་ལ་མི་  
འཐད་པ་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྒྱུ་བས་དེ་རྒྱན་ལ་  
འཇུག་པ་མཁྱེན་བཞིན་དུ་སྟོན་ངག་མཁན་མཁས་པའི་  
བསམ་པས་རབ་དུ་སྐྱར་བའི་ཡོན་ཏན་སྟོན་ངག་གི་  
ཡུལ་ཀུན་ལ་བྱབ་པ་དེ་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་དུ་ངོས་  
འཛིན་པའི་ཕྱིར་དོན་གྱིས་དེ་ལྟར་བསྐྱར་བ་དགོས་པ་  
ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། ཡོད་པའི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེར་



མེད་པས་འགྱུར་རྙིང་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་འཐད་ཅིང་  
ལེགས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་བྱད་ཆོས་བཞིའི་རྒྱས་པར་བཤད་པ་  
ལ། བྱད་པར་གྱི་ཆོས་དང་པོ་ནི། དངོས་པོ་ཡི་ནི་ཆོག་  
རྣམས་ཀྱིས། །ཕན་ཚུན་ཕན་པར་བྱེད་པ་ཉིད། །དངོས་  
པོ་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་རངས་པོའི་ཆོག་ཆ་ཤས་གྲོང་བྱེར་  
གྱི་བསྐྱགས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སོར་མོ་རངས་པོའི་  
ཆོག་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་དང་། ཡན་ལག་ཅན་གྱི་དངོས་  
པོས་གཅིག་ལ་གཅིག་སྟོས་ཤིང་འབྲེལ་བ་ཅན་ཕན་ཚུན་  
དུ་ཕན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་དགོས་ཀྱི། རང་  
དབང་ཅན་ཕན་ཚུན་མི་སྟོས་པ་ལྷགས་ཀྱི་ཐུར་མ་ལྟ་  
བུའི་ཆོག་གི་ཆོགས་པས་ནི་རྒྱན་གཅིག་མི་ཚུམ་པར་  
འབྲེལ་མེད་དུ་འགོ་བ་འཆད་འགྱུར་སྟོན་བཅུའི་ནང་  
ཆན་དང་པོ་དོན་ཉམས་ཀྱི་དཔེར་བཟོད། འདི་ནི་རྒྱ་

མཚོ་འབྲུང་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་རྩ་བུ། བསྟན་བཅས་ཀྱི་  
གཞུང་ཚད་མང་ཉུང་གང་ལའང་སྤྲོད་དགོས་པ་ནི་བྱུང་  
ཆོས་དང་པོའོ།

གཉིས་པ་ནི། དོན་དང་བྲལ་བའི་བྱུང་པར་རྣམས། །མ་  
བྱས། དོན་དང་བྲལ་བ་སྐབས་དོན་མ་ཡིན་ཞིང་ཉེར་  
མཁོ་མེད་པའི་ཆོག་གི་རོ་མ་མང་པོའི་རྣམས་མ་སྤྲད་  
པར་དོན་དང་བཅས་པ་སྐབས་སུ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་  
ཆོག་ཁོ་ན་སྤྱར་བ་ནི་བྱུང་པར་གྱི་ཆོས་གཉིས་པའོ།

གསུམ་པ་ནི། གནས་སུ་སྤྲུགས་པ་དང་། །ཞེས་པ་སྟེ།  
བཟོད་བྱ་བསྤྲུགས་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་བྱུང་པར་  
དུ་འཕགས་པར་དངོས་དང་བྱུགས་ལས་སྟོན་རྒྱས་པའི་  
ཆོག་གི་རོ་ཉམས་དུ་མས་བཟོད་ཀྱང་བཟོད་དོན་ཐམས་  
ཅད་དེར་འབབ་པ་ཞིག་དགོས་པ་སྟེ་བྱུང་ཆོས་གསུམ་  
པའོ། །

བཞི་པ་ནི། བརྗོད་རིམ་སྟོབས་ལས་དངོས་པོ་ནི། ཟབ་མོ་  
དག་ཀྱང་གསལ་བ་སྟེ། བརྗོད་བྱའི་དོན། མཁས་པས་  
བལྟས་ཀྱང་མགོ་ཚྭ་དང་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུ་དགོས་  
པ་མེད་བཞིན་དུ་སྒྱུར་བ་ཡང་སྒྱུན་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་  
སྤངས་ནས། དོན་ཤིན་དུ་ཟབ་མོ་དག་ཀྱང་སྤེལ་ལེགས་  
པའི་ཆོག་གིས་གསལ་བར་མཆོན་ནུས་པ་ཞིག་དགོས་པ་  
སྟེ་ཁྱད་ཆོས་བཞི་པའོ།

འདིར་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། སྐྱེས་པའི་རབས་ཀྱི་ཕྱིང་བ་  
བཤད་པ་ལས། རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཤིན་དུ་ངོ་  
མཆར་བར་གོ་བ་ལྟ་བུ་ཞེས་གསུངས་པའང་ཤུགས་ལས་  
འཕྱོན་པས་འཆད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་གྲངས་སུ་རུང་མོད།  
གཙོ་བོར་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་གོང་དུ་བཤད་ཅིན་པ་དང་  
མཐུན་པ་ཁོ་ནར་འབྱུང་ངོ་། །དེས་ན་ཁ་ཅིག་རྣམ་  
འགྱུར་རང་གཙོ་བོར་བཏོན་ཏེ་དོན་ཟབ་མོ་སྟོན་པ་

དང་ཆོག་བརྩེད་ཅིང་བརྩེད་བ་དོན་དུ་མི་གཉེར་བ་  
 དང་། ཡང་ལ་ལ་དག་ནི་རང་གིས་སྟན་འགྱུར་གྱི་ཉམས་  
 དང་ལྷན་པའི་ཆོག་བསྟན་པར་མ་རྒྱས་པ་རྒྱ་མཚན་དུ་  
 བྱས་ཏེ། སྟན་པ་ལ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་ཉམས་གཏན་ནས་  
 མི་རུང་བ་སྟུང་འདོད་པ་སོགས་སྤང་མོད་ཀྱང་  
 མཐའ་དེ་གཉིས་ཀ་ངེས་པར་སྤོང་དགོས་ཤིང་། སྤྱིར་  
 ལེན་དང་པོར། ཉམས་དང་འགྱུར་བ་དག་གིས་  
 གཏམ། །ཞེས་གསུངས་པའང་ཕྱི་མ་འདིའི་གཞོན་ཕྱེད་  
 དུ་འགྱུར་རོ། །དེས་ན་ཆོག་སྟོར་ཆེས་བརྩེད་བ་ལ་ཉམས་  
 འགྱུར་གྱིས་བརྟན་པ། མཁས་པས་བསྟན་ན་དོན་གང་  
 ཡིན་གསལ་བར་སྟོན་པའི་ཆོག་གི་སྟོར་བ་གང་ལ་ཡོད་  
 པ་དེ་ནི་ལམ་འདིའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དེ་ཀྱན་དགོངས་  
 པའི་དབང་གྱུར་ཕྱིར། །དེ་དག་དགོངས་པ་ཅན་ཞེས་  
 རིག་ །བྱད་ཆོས་བཞི་པོ་དེ་ཀྱན་སྟན་པ་གི་རྒྱན་ལ་བྱབ་  
 ཅིང་དེ་ཡང་རིགས་པ་དང་མི་རིགས་པ་རྣམ་པར་

འབྱེད་པའི་སྒོ་གྲོས་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས། དེ་ཀྱན་ཀྱང་  
དགོངས་པ་སྟེ་རྒྱུར་རྒྱུར་པའི་བསམ་པ་དང་ལྷན་ཅིང་  
དེའི་དབང་དུ་རྒྱུར་པའི་ཕྱིར་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་རྒྱན་  
ཞེས་དོན་རྒྱན་སོ་ལྔ་པར་བཞག་པ་འདི་ནི་རྒྱན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་ཡང་རྒྱན་དུ་རྒྱུར་པ་རིག་ཅིང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་སྒོས་གར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་རྒྱན་དུ་བསྟན་པ་  
ནི།

གང་ཡང་མཚམས་སྦྱར་ཡན་ལག་དང་། །

འཇུག་པའི་ཡན་ལག་མཚན་ཉིད་སོགས། །

ལྷང་གཞན་དག་དུ་བརྗོད་འདི་ཡང་། །

རྒྱན་ཉིད་དུ་ནི་བདག་ཅག་འདོད། །

འདིར་སྒོས་གར་ཞེས་པ་རིག་གནས་བརྒྱུར་བཟང་བའི་

ཡ་གྲུལ་སྒོས་གར་གྱི་རིག་པ་སྟེ་འདི་ཉིད་ལའང་རྒྱ་གར་

དུ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ཆེན་པོ་ཡོད་འདུག་པ་སྤར་བོད་དུ་  
 མ་འགྱུར། ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མ་མ་དུ་པར་ཏེ་ཏེ་ཆེན་པོའི་ཕྱག་  
 ཏུ་སྤར་ཀྱི་དཔེ་བྱང་བ་མགོ་ནས་མར་བསྐྱར་ཅིས་  
 གནང་འདུག་ཀྱང་། བོད་ལ་མི་མཁོ་ཞིང་དགོས་པ་ཅི་  
 ཡང་མི་འདུག་པས་བསྐྱར་འཕྲོ་བཞག་པ་ཡིན་ཅིས་སྟེ་ལ་  
 བ་ཐོས། དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་བསྟན་བཅས་དེ་ལ་མཆམས་  
 སྦྱར་གྱི་ཡན་ལག་དང་། འཇུག་པའི་ཡན་ལག་དང་།  
 མཆན་ཉིད་ཀྱི་དབྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཆེར་བཤད་པ་ལས།  
 དང་པོ་མཆམས་སྦྱར་གྱི་ཡན་ལག་ལྔ་ནི། རྩ་བུའི་ཀྱི་  
 འགྲེལ་དུ་མིང་ཅམ་སྟོས་པ་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་ཆོགས་བཅད་  
 མཛད་ནས་བཀོད་ཅིང་། དེ་ཉིད་བོད་འགྲེལ་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་དུ་འང་འབྱུང་བ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྦྱར་  
 མཆམས་སྦྱར་གྱི་ཡན་ལག་ནི། བཙུན་བྱའི་དོན་གྱི་བྱང་  
 པར་སྡེ་ཆེན་མི་འདྲ་བ་ནམས་རྗེས་བྱེད་ཀྱང་སྐད་  
 རིགས་སྟེ་ཆོགས་པས་ལབ་དགོས་པ་དེ་དག་གི་བར་དུ་

མཚམས་སྒྱུར་བྱེད་ཡིན། དེ་ལས་སྒྲིའི་མཚམས་སྒྱུར་ནི་  
 གྲི་བ་དང་། ལན་གྱི་སྒྲིའི་མཚམས་སྒྱུར་ནི་གྲི་ལན་ཏེ་  
 སན་ཚུན་དུ་གྲི་བ་གྲི་ལན་གྱི་ནམ་པ་བྱེད་སྒྱུ་དུ་མ་ཞིག་  
 ཡོད་པའི་མིང་དང་། སྙིང་པོ་ནི། སྐབས་འགར་གྲོས་བྱེད་  
 པ་ལྟ་བུའི་ཚིག་མང་པོ་སན་ཚུན་དུ་སྐྱས་པའི་མཐར་  
 གྲོས་ཐག་བཅད་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཏན་ལ་སྦབ་པ་ལ་  
 སྙིང་པོ་ཟེར། མི་བཟོད་པ་ནི་མཚང་ནས་འབྱུ་བའི་  
 བཟོད་པས་དེའི་རང་མཚང་ལ་ཕོག་པའི་ནམ་པའི་མི་  
 བཟོད་པའི་ཆགས་པས་གཟེར་ནས་མི་བཟོད་པའི་ཚུལ་  
 བྱེད་པའོ། །ངེས་པ་འཐོབ་བྱེད་ནི། ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་  
 པའི་བཟོད་པ་མང་པོའི་མཐར་དོན་གཅིག་ལ་ངེས་པ་  
 རྟེན་པ་ལྟར་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ནམས་ལ་མཚམས་སྒྱུར་གྱི་  
 ཡན་ལག་ལྷ་ཞེས་གྲགས་སོ། །ཡང་དཔང་རྟེན་དུ་མ་  
 བཞོད་པས་སྒྲར་བོད་འགྲེལ་གཞན་ལ་མེད་པ། རྩ་  
 སྒྲིའི་སྒྱུ་འགྲེལ་ལས་སྐབས་འདིར་བཤད་པ་གསར་དུ་

བསྐྱར་བ་ནི། གང་ཡང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཡང་སྒྲ་ནི་  
 བརྗོད་བྱ་གཞན་བསྐྱར་བའི་དོན་ནོ། །མཚམས་སྦྱར་  
 རྣམས་ནི་སྒྲིང་དང་། ལན་གྱི་སྒྲིང་པོ། མི་བཟོད་པ།  
 ངེས་ཐོབ་སྟེ་ལྷར་བཤད་དོ། །དེ་ལ་ཉེ་བར་འཕེན་པ། ཉེ་  
 བར་མཐོ་བ། ཡོངས་སུ་འཛོག་པ། རྣམ་པར་སྟེད་པ།  
 རིགས་པ། ཐོབ་པ། མཉམ་པར་འཛོག་པ། སྦྱབ་པ།  
 བརྟེས་པ། དབྱེ་བ། དབྱེ་བར་བྱེད་པ་རྣམས་ནི་སྒྲིང་ཡན་  
 ལག་རྣམས་སོ། །ཡོངས་སུ་འགྲོ་བ། རྣམ་པར་འདར་བ།  
 གདུང་བ། རྟེན་མོ། རྟེན་མའི་མདངས། །རབ་ཏུ་འགྲོ་བ།  
 འགལ་བ། ཉེ་བར་གནས་པ། མངག་པ། སྦྱོ་བོ་འགོད་  
 པར་རྩོམ་པ། ཡི་གེ་བསྐྱར་བ་རྣམས་ནི་ལན་གྱི་སྒྲིང་ཡན་  
 ལག་རྣམས་སོ། །མ་བྱུང་བ་དཔེར་བརྗོད་པ། ལམ་གྱི་  
 རང་བཞིན་དཔེར་བརྗོད་པའི་རིམ་པ་བསྐྱར་བ། རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ། སྒྲིང་བ། བརྟེན་དབྱུང་། གཞིར་བ། སྟོབས་སྟག་  
 པ། ཡིད་འབྱུང་བ། འཚབ་པ་རྣམས་ནི་སྒྲིང་པོའི་ཡན་





བསྐྱགས། །ཞེས་འབྱུང་། །འདི་ཉིད་འདོད་འཛོར་དངས་  
 བ་འཇམ་མགོན་སྒྲ་མའི་འགྱུར་གསར་དུ། མཆོམས་སྦྱོར་  
 ཡན་ལག་སྒྲོ་སོགས་རྣམས། །མདོར་བསྡུས་མདོན་པར་  
 དར་བདག་ཉིད། །སྒྲ་ཆོགས་དགའ་བའི་ཉམས་དང་  
 ལྡན། །བསྡུས་པ་ཞེས་པར་ཡོངས་སུ་གྲགས། །ཞེས་འབྱུང་  
 བའང་འགྱུར་བྱུང་ཅམ་ལས་གཞན་འདི་ཉིད་ཁོ་  
 རའོ། །ཡང་འཇུག་པའི་ཡན་ལག་དཔང་རྟེན་ཏུ་མ་  
 བཤད་ཀྱང་། རྒྱ་འགྲེལ་ནས་འབྱུང་བ་ནི། སྒྲ་ར་རྟེ། སྒྲ་རྟེ་  
 རྟེ། ཀའི་ཤེ་གྲེ། སྒྲ་ར་སྒྲ་རྟེ། ཞེས་པ་བཞི་སྟེ། སོ་སོར་ཡང་  
 ཡན་ལག་བཞིའོ། །དེ་ལ་སྒྲ་ར་རྟེའི་ཡན་ལག་བཞི་སྟེ།  
 རབ་རྟེ་སྟེད་པ་དང་། ཀུན་རྟེ་སྒྲོ་དང་། སྟེད་བ་དང་།  
 བཟོ་བྱེད་པའོ། །སྒྲ་རྟེ་རྟེའི་ཡན་ལག་ནི་ཤེན་རྟེ་འཛོག་  
 བ། ཡོངས་སུ་བསྐྱར་བ། སྒྲ་བ་དང་བཅས་པ། འཕྲག་རྟེ་  
 བསྐྱོག་པ་རྣམས་སོ། །ཀའི་ཤེ་གྲེའི་ཡན་ལག་ནི། རྟེད་མོ།  
 གསལ་བ། རྟེད་མོ་འབྱེད་པ། རྟེད་མོར་འགྲོ་བ་རྣམས་



ཏན་སྒྲིགས་པ། མ་བརྗོད་པ་གྲུབ་པ། དགའ་བའི་ཚིག་སྟེ་  
 ལུས་ཅུ་ཅ་རྒྱག་བཤད་པ་རྣམས་སོ། །འདི་ཡང་དཔང་  
 རྟེན་ཏུ། རྒྱན་བྱེད་དང་ཡི་གེ་འདུས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 མཚན་ཉིད་ལུས་ཅུ་ཅ་རྒྱག་དང་། ཞེས་གསུངས། སོགས་  
 པས་སྒྲིག་པའི་ཡན་ལག་དང་། སྤང་བའི་ཡན་ལག་དང་།  
 མཚམས་སྦྱར་གཞན་པའི་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་སྟེ། དེ་  
 རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་གར་གྱི་རྣམ་འགྱུར། ཤིན་ཏུ་ཁྱོ་  
 བའི་ཉམས་དང་། ཆགས་པས་གཟིར་བའི་ཉམས་དང་།  
 ལྷ་ངན་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱེད་པའི་ཉམས་ལ་སོགས་པ་ཇི་སྟེད་  
 ཅིག་སྒྲིས་གར་གྱི་བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པ་དེ་རྣམས་  
 གྱི་མིང་དང་རྣམ་གྲངས་ཅམ་སྒྲིས་པ་སྟེ། ངོ་བོ་ནི་སྒྲིས་  
 གར་འཆད་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པ་དང་གཞུང་མང་བས་  
 ཀྱང་འཇིགས་ཏེ་འདིར་མ་བཤད་པ་སྒྲིས་གར་གྱི་བསྟན་  
 བཅོས་ཉིད་ལས་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་  
 དེ་རྣམས་ལྷང་གཞན་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་སྟོར་ཏ་ལ་

སོགས་པར་སྟན་ངག་གི་རྒྱན་དུ་འདོད་ཅིང་རྒྱ་ཆེར་  
བཤད་པ་དེ་འདྲིར་ཡང་སྟན་ངག་མཛོས་པར་བྱེད་པའི་  
ཕྱིར་རྒྱན་ཉིད་དུ་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་ཅག་ཀྱང་འདོད་  
དོ་ཞེས་པའོ།

གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུ་ཞིང་མ་བཤད་པ་བསྐབ་ཚུལ་ནི།  
རྒྱ་ཆེ་མཐའ་ཡས་རབ་བསྐྱས་ཚད་དུ་གྱུར་པ་ཡི། རྒྱན་  
རྣམས་དག་གི་ལམ་འདི་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་བྱེ། བརྗོད་  
པའི་ཡུལ་ལས་འདས་པར་ཡོངས་སུ་གནས་པ་ཡི། བྱུང་  
པར་རྣམས་ནི་གོམས་པ་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེ་བར་  
རུས། མཚན་ཉིད་དང་མཚན་བྱའི་དབྱེ་བས་བྱེ་ཞིང་  
རབ་ཏུ་སྒྲིས་པ་རྒྱན་གྱི་བྱུང་པར་དབྱེ་བ་ཕྱ་མོ་མཐའ་  
ཡས་པ་སྒོ་ལྡན་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཇི་  
སྟེད་པ་དེ་སྟེད་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་  
ཞིང་མཐའ་ཡས་པའི་ཕྱིར། དེ་རྣམས་འདྲིར་རེ་རེ་ནས་

བཟོད་མི་རྣམས་པས་མ་བཟོད་ཀྱང་། དེ་ཀྱན་སྦྱི་ལ་བྱབ་  
 པའི་མཚན་ཉིད་རིགས་བསྐྱས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བཟོད་པ་  
 རི་དོན་གྱི་རྒྱན་སྐྱུ་ཅུ་ཅུ་ལྟེ་ཚད་དུ་གྱུར་པ་  
 འདིའོ། །དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱན་སྐྱུ་ཅུ་ཅུ་ལྟེ་ལམ་  
 སྟེལ་འདི་ཉིད་ནི་དབྱུག་པ་ཅན་ཁོ་བོ་རྣམས་པར་སྦྱེ་ལ།  
 གང་ཞིག་བཟོད་པའི་ཡུལ་ལས་ཡོངས་སུ་འདས་པར་  
 གནས་པའི་བྱང་པར་མཐའ་མེད་པ་དབྱེ་བ་ཕྱ་མོ་དེ་  
 རྣམས་ཀྱང་འདིར་བཤད་པའི་རིགས་ཅན་ཁོ་ན་ལས་མ་  
 འདས་པའི་བྱིར། གཞུང་འདི་ཉིད་ལ་སྟོ་གྲོས་གོམས་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་མཐུས་རང་སྟོབས་ཁོ་ནས་དབྱེ་རྣམས་པར་འགྱུར་  
 བས། དེ་རྣམས་རྟོགས་པར་འདོད་པས་ཀྱང་ལམ་འདི་  
 ལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་གོམས་པར་བྱའོ། །ཞེས་པའི་དོན་  
 ཏོ། །

དང་འདིར་སྟོགས་མའི་དུས་ནི་མཐུ་བརྟས་པས། །

ཚུལ་བཞིན་མཁས་པར་སློབ་པའི་དོན་གཉེར་ཉུང་། །

འོན་ཀྱང་མི་མཁས་མཁས་ལ་འགྲན་འདོད་དང་། །

སྤྱན་པོ་དགའ་བའི་གྲགས་པ་དོན་གཉེར་ཕྱིར། །

རིག་པའི་གནས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་སློབ་ཅིང་། །

བྱད་པར་གནས་འདིའི་ཤར་སྟོ་ཐུན་མེད་དུ། །

འདོད་པའི་དོན་ཐུན་སུམ་ཅུ་ཙུ་ལྔ་འདིར། །

འོལ་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་འཇུག་པར་བྱེད་པ་མང་། །

དེས་ན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཆོགས་མེད་དུ། །

དགའ་བའི་གནས་རྣམས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །

གསལ་བའི་ཆོག་གིས་དོན་རྣམས་ལེགས་བཀོལ་ཏེ། །

ཅི་དགར་བྱིན་འདི་དགའ་བའི་སེམས་གྱིས་ལྷངས། །

ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་རྒྱན་གྱི་  
བསྟན་བཅོས་སྟན་ངག་གི་མེ་ལོང་ལས་དོན་གྱི་རྒྱན་  
ཅས་བྱ་བ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་པའི་དོན་རྣམ་  
པར་བཀྲལ་བ་རྫོགས་སོ། ། །

ལེའུ་གསུམ་པ།

གཉིས་པ་སྒྲུབ་རྒྱུ།

༥ ལེའུ་གསུམ་པ། གཉིས་པ་སྒྲུབ་རྒྱུ་ལ་གསུམ་སྟེ། ཟུང་  
ལྡན་གྱི་རྣམ་བཞག་གཏན་ལ་དབབ། བྱ་དཀའ་བའི་  
ཁྱད་པར་གཞན་བརྗོད། དབྱངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་  
དཀའ་བཤད་པའོ།

ཟུང་ལྡན་གྱི་རྣམ་བཞག་གཏན་ལ་དབབ་པ།



དང་པོ་ལ་ཡང་མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་བཤད་གཉིས།  
མདོར་བསྟན་ལ་ཡང་མཆན་ཉིད་དང་དབྱེ་བའོ། །དེ་  
ལས་མཆན་ཉིད་ནི།

བར་མ་ཆོད་དང་བར་ཆོད་བདག །

ཡི་གེ་ཆོགས་པ་བསྟོར་བ་ནི། །

བྱང་ལྡན།

གང་ལ་ཡི་གེའི་ཆོགས་པ་བསྟོར་བ་སྤྲུལ་པ་དང་བྱེ་བ་དེ་  
གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་བར་ཆོད་པའམ།  
བར་མ་ཆོད་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡང་སྟེ། ཡི་གེ་  
དབྱུངས་དང་གསལ་བྱེད་ཆོགས་པ་གཉིས་པན་ཆད་  
བསྟོར་བ་དེ་ཡང་བསྟོས་ཏེ་བཟོད་པ་ནི་བྱང་ལྡན་ཡིན་  
ཏེ་སྤྲུལ་ལེན་དང་པོར་ཡང་།

ཆོགས་པའི་སྟོད་ཡུལ་བསྟོར་བ་ནི། །

ཁོ་ན་བྱང་དང་ལྷན་པར་རིག།

ཅེས་རྗེས་བྲིད་གྱི་ཞར་བྱང་དུ་འང་བཤད་ཟིན་པ་དེ་  
 འདྲིར་རྒྱས་པར་བཅོལ་པའོ། །འདྲི་ལ་བོད་སྐད་དུ་  
 དཔེར་བཅོལ་པ་ན། འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེས། ལྷ་ནེ་ན་ལྷ་  
 ནེ་ན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་འབྱུག་སྐུམ་མ་འདྲི་ལྷར་བོད་  
 དུ་མ་ཐོན་པར་བདེ་སྟོས་ཀྱང་། ཀ་བ་ཤ་བའི་མི་བཞིན་  
 དུ། །ཞེས་སོགས་ལ་བྱས་མོད་དེ་མི་འགྲིག་པ་དང་།  
 གཞན་ཡང་བྱ་དགའི་བྱང་པར་ལ་སོགས་བོད་ལ་མི་  
 རུང་ཞེས་གསུངས་མོད། ཁོ་བོས་ནི་ངེ་ལྟར་རྒྱས་བཞིན་  
 ཀུན་ལ་དཔེར་བཅོལ་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་ནས།  
 བྱང་ལྷན་དངོས་རྒྱ་སྐད་ལ་ཆོག་འབྱུག་སྐུམ་རེ་ཡོད་པ་  
 དང་བསྟུན་ནས། རབ་དགར་དེ་རབ་དགར་དེ་ཞེས་པ་  
 དང་། རབ་མཛེས་མཆོག་རབ་མཛེས་མཆོག་ཅེས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དཔེར་བཅོལ་མཛད་ཀྱང་། གཙོད་མཆོམས་

མི་བདེ་ཞིང་རྒྱུ་པ་གཞན་གྱི་འགྲོས་དང་མི་མཐུན།  
 བརྗོད་དོན་གྱི་སྒྲིང་པོས་ཀྱང་སྒྲིང་པ་སོགས་ཀྱིས་ལེགས་  
 པ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟ་བོད་ཡུལ་གྱི་སྒྲིན་ངག་མཁན་  
 ཡོངས་གྲགས་ཀྱིས་ལེགས་ལེགས་མཛེས་མཛེས་ཟེར་  
 བ་ལྟ་བུ་ལ་བྱང་ལྡན་གྱི་དཔེར་བརྗོད་མཛད་པ་ཉིད་  
 ལེགས་ཤིང་། འོན་ཀྱང་དེང་སང་གི་སྒྲིན་ངག་མཁན་  
 སལ་མོ་ཆེས་བྱང་ལྡན་གྱི་སྦྱར་བ་ཤིན་ཏུ་མང་པོ་སྦྱར་  
 ཞིང་དེ་ཉིད་ཁོ་ན་སྒྲིན་པར་སྦྲུམ་པ་ནི་ལེགས་པ་མ་ཡིན་  
 ཏེ། གཞུང་ཉིད་ལས་ཀྱང་། དེ་ཡང་གཅིག་ཏུ་སྒྲིན་པ་  
 མིན། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱ་སྐད་ལ་ནི། བརྗོད་བྱའི་  
 དོན་ཁྱད་འཕགས་དང་རྗོད་བྱེད་གྱི་ཆོག་ཉམས་ཕུན་  
 སུམ་ཆོགས་པ་སྟེ་གཉིས་ཀ་མ་ཉམས་པའི་སྟངས་ལི་  
 གའི་ཆོགས་པ་བསྐྱར་བའི་བྱང་ལྡན་གྱི་སྦྱར་བས་སྟོག་  
 པའི་ཆེ་ནའང་། ཉན་པ་པོའི་ནར་སྒྲིན་པའི་སྒྲ་གདངས་  
 འབྱེན་པས་སྒྲ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན། བོད་སྐད་ལ་དེ་འདྲ་

གཤེས་ཀྱིས་འབྱུང་དཀའ་ཞིང་། དེ་ལས་ཀྱང་བྱ་དཀའ་  
 བའི་སྒྱུར་བ་མང་པོ་ཞིག་ནི་གཏན་ནས་མི་འཇུག་པ་  
 མང་བས། བཛོད་དོན་གྱིས་དབེན་པའི་དབེར་བཛོད་  
 ལྟར་སྒྲུང་བ་མང་པོ་ནན་གྱིས་ཚུམ་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་  
 ཡང་མེད་པས། ལྟར་དོན་རྒྱན་གྱི་སྐབས་སུ་རྒྱས་པར་  
 བཤད་ཟིན་པའི་ཆོག་དོན་གྱི་ཉམས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་  
 དེ་ལྟ་བུ་གང་ཡང་རུང་བ་ལེགས་པར་གནས་ཤིང་མ་  
 ཞིག་པའི་སྟེང་ནས་སྒྲ་རྒྱན་འདི་དག་བོད་སྐད་ལ་ཇི་  
 ཅམ་དབེར་བཛོད་རུང་བ་དེ་ཅམ་སྒྱུར་ཞིང་། ལྷ་བའི་  
 ཐག་ལ་བྱ་འོག་གི་རི་མོ་མི་འབྱུང་བའི་རིགས་ལ། དོ་  
 གལ་མི་བྱེད་པར་བཞག་པ་ཉིད་ལེགས་སོ། །སྐབས་  
 འདིར་དཔལ་ཁང་ལོ་རྩེ་བས། ཁ་ཅིག་བྱང་ཕྱན་འདི་ལ་  
 ལ་ལ་ཞེས་སམ། ལྷག་ལྷག་ཅེས་པ་ལྟ་བུའི་ཡི་གེའམ་ཆོག་  
 འབྱུ་རེ་རེ་བ་བྱང་གིས་མི་ཆོག་པར། འཇིག་རྟེན་འཇིག་  
 རྟེན་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོག་འབྱུག་གཉིས་པར་གྱི་བྱང་

དགོས་ཟེར་བ། རྒྱ་དཔེར། མ་ད་མོ་མ་ད་མོ་ཞེས་སོགས་  
 ཡོད་པ་ལ་བསམ་པ་ཡིན་མོད། རྒྱ་དཔེར་དེ་འདྲ་འབྱུང་  
 བ་ནི། བོད་སྐད་ཀྱི་ཚིག་འབྱུར་རེ་རེ་ལ་རྒྱ་སྐད་ཀྱི་ཚིག་  
 འབྱུར་གཉིས་གསུམ་རེ་ཡོད་པ་ཤིན་ཏུ་མང་བས་དེ་ལྟར་  
 འབྱུང་སྟེ། དཔེར་ན་བོད་སྐད་ཀྱི་ས་ཁྱ་མེ་ཚོས་མོར་  
 སོགས་ལ། རྒྱ་སྐད་དུ། སྤྱི་མི། ར་ལ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ། ལྷོ།  
 ཞེས་སོགས་འབྱུང་བ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་དང་། ཡང་གཞུང་  
 དངོས་བསྟན་ལ་ཡི་གེ་ཚིགས་པ་ཞེས་པས། སོ་སོ་ཞེས་  
 སམ་ལ་ལ་ཞེས་ཡི་གེ་འི་བྱང་བསྟན་ཉིད་གཙོ་བོར་  
 བསྟན་ཏོ།

གཞུང་ཁ་ཅིག་ཏུ། ཡི་གེ་སོགས་པ་བསྐྱར་བ་ཡི། ཞེས་  
 འབྱུང་བ་ནི། ཡི་གེ་འི་སོགས་ཁོངས་ནས་ཚིག་མིང་  
 སོགས་ཀྱི་བྱང་ལྷན་བསྟན་པ་ཤིན་ཏུ་ལེགས་སོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། ལ་ལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡི་གེ་རེ་

རེ་བསྐྱར་བ་ནི་རྗེས་བྲིད་ཡིན་ཅིང་། ཡི་གེ་ཚྲགས་པ་  
 བར་བ་ནི་བྱང་ལྡན་ཡིན་པ་ལ། དེ་ལྟ་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
 རྣམ་བཤག་འདྲེས་ཤིང་འཆོལ་བར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱ་  
 དཔེར། སྤ་ཏྲེ་ཞེས་ཡང་དག་ཚྲགས་པའི་སྐད་དོད་  
 ཡོད་ཅིང་། སྤ་གས་པའི་སྐད་དོད་ལྷ་དི་རྒྱ་དཔེར་མི་  
 འབྱུང་བས་གཞུང་དོན་དང་དངོས་སུ་འགལ་བའི་བྱུར་  
 རོ། །དེས་ན་བོད་སྐད་ལའང་ལ་ལ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་རྗེས་  
 བྲིད་དང་། བྱང་ལྡན་ལ་དབྱངས་གསལ་གྱི་ཡི་གེའི་  
 ཚྲགས་པ་གཉིས་སམ་གསུམ་པན་ཆད་བསྐྱར་བ་ཞིག་  
 དེས་པར་སྦྱོར་དགོས་ཏེ་བྱུང་པར་རོ། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ནི། དེ་ཡང་རྐང་པ་ཡི། །

དང་པོ་བར་མཐའ་སྦྱོད་ཡུལ་ཅན། །

གཅིག་གཉིས་གསུམ་བཞི་རྐང་པ་ཡི། །

བྱང་ལྷ་ན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་ནི། །

ཐོག་མ་བར་མཐའ་བར་དང་མཐའ། །

བར་དང་ཐོག་མ་ཐོག་མཐའ་ཀུན། །

ཀུན་ཏུ་དབྱེ་བ་ལས་སྦྱེས་པ། །

དེ་དག་དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་། །

དེ་ལ་བྱ་སྒྲ་བྱ་དཀར་ཡང་། །

འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ། །

དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ལྷ་ན་དེ་ལ་ཡང་རྒྱང་པའི་དང་པོ་དང་  
བར་དང་ཐ་མའི་གནས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་  
རྒྱང་བཞི་གང་རུང་གཅིག་ལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་  
གཉིས་དང་གསུམ་དང་བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷ་ན་  
རྣམས་དང་། དེའི་གཅིག་ལ་ཡོད་པ་ལའང་། རྒྱང་པ་

དང་པོ་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ནས་བཞི་པ་ལ་ཡོད་པའི་བར་  
 དང་། སྐར་ཡང་བྱང་ལྷན་དེ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་གི་དབྱེ་  
 བ་ནི་རྒྱང་པ་གཅིག་ནས་བཞི་ཀའི་བར་གྱི་ཐོག་མ་ཁོ་ན་  
 ན་ཡོད་པ་དང་བར་དུ་ཡོད་པ་དང་། ཐ་མ་ན་ཡོད་པ་  
 རྟེན་གསུམ་དང་། དང་པོ་བོར་ནས་བར་དང་མཐའ་ན་  
 ཡོད་པ་དང་། མཐའ་བོར་ནས་བར་དང་ཐོག་མ་ན་ཡོད་  
 པ་དང་། དབུས་བོར་ཏེ་ཐོག་མ་དང་མཐའ་ལ་ཡོད་པ་  
 དང་། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཀུན་དུ་ཡོད་པ་རྟེན་བདུན་  
 པོ་འདི་ནི་རྒྱང་པ་དང་པོ་གཅིག་ཕུ་ལ་ཡོད་པ་རྟེན་བདུ་  
 ཡང་འགྱུར་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱང་པ་གཉིས་པ་སོགས་  
 གསུམ་དང་། མཐར་རྒྱང་བཞི་ཀའི་གནས་གསུམ་ཀ་ལ་  
 ཡོད་པའི་བར་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །གང་གི་ཆོ་ཀུན་དུ་  
 བྱང་ལྷན་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། རྒྱང་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་འབྱུང་ངོ་། །གཞན་ཡང་བདུན་པོ་དེ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཀུན་དུ་དབྱེ་བ་རྟེན་འདྲེས་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱང་ལྷན་དེ་



དག་གི་དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་སྟེ། ཆོག་མཆོག་བཅད་གཅིག་ལ་  
 ཡང་། ཁ་ཅིག་ཏུ་དང་པོར་བྱང་ལྗན་དང་། ལ་ལར་བར་  
 གྱི་དང་། འགའ་ཞིག་ཏུ་མཐའི་དང་། ལ་ལར་གསུམ་ཀ་  
 ལ་ཡོད་པ་སྟེ་དེ་ལྟར་འདི་རྣམ་པ་དུ་མར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་། དེ་རྣམས་ཀྱང་མདོར་བསྡུ་ན་  
 བྱ་སྒྲ་བ་བདེ་སྒྲག་ཏུ་བྱ་བ་དང་། བྱ་དཀའ་བ་ཆོག་མཆོག་  
 གྱིས་བྱ་བ་སྟེ་གཉིས་སུ་བསྡུ་འོ། །གཉིས་པོ་དེ་ལ་ཡང་  
 དབྱེ་བ་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་འཆད་ན་  
 གཞུང་མང་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་འདིར་འགའ་ཞིག་  
 བསྟན་ཅིང་དཔེར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་དུག། ཀླང་པའི་དང་པོ་ན་ཡོད་  
 པའི་བྱང་ལྗན། གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྗན།  
 མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བའི་བྱང་ལྗན། ཀྱན་ཏུ་བྱང་ལྗན།  
 བསྐྱེས་པའི་བྱང་ལྗན། བསྐྱོག་པའི་བྱང་ལྗན་རྣམས་སོ། །

༡ ཀླང་པའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷན།

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྒྱུར་བ་རྒྱས་པར་དཔེར་བརྗོད། དོན་  
བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། བར་མ་ཆོད་ཀྱི་བྱང་ལྷན།  
བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན། ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་  
ལྷན་ནོ།།

བར་མ་ཆོད་ཀྱི་བྱང་ལྷན།

དང་པོ་ལ་ལྷ། ཀླང་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པ། གཉིས་ལ་ཡོད་  
པ། གསུམ་ལ་ཡོད་པ། བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པ། དོན་བསྐྱུ་  
བའོ། །

དེ་ལས་དང་པོ་ཀླང་པ་གཅིག་གི་དང་པོ་ལ་ཡོད་པ་ནི།  
རྒྱ་དཔེར།

མ་ཞེ་ན་མ་ཞེ་ན་ས་ཁི། །

ཕ་ཏ་ཡོ་རྒྱུ་ཡོ་ལ་ཞེ། །

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

ཞེས་པའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

པའོ། དེ་ཉིད་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་

གྲོགས་མོ་མཇེའ་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་

ཞེས་པ་འདི་དང་འགྲོགས་མོ་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་

བསྐྱེས་པའི་མགྲིན་པ་ནས་འབྱུང་ལ།

དེ་ཉིད་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་

ཞེས་པ་དུས་བཟའ་པའི་སར་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

མཇེའ་ཐོག་མའི་རྒྱུ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

འདོད་པ་དོན་དུ་གཉེར་པ་ན་ཡང་ལན་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་

ཁེངས་ཤིང་ཁྱོས་ནས་མི་འདུད་པ་ལ། དེའི་གྲོགས་མོར་  
 གྱུར་པའི་བུད་མེད་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྲོ་པ་ཉྱར་བྱས་  
 ནས་སྒྱུར་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཁྱེ་གྲོགས་མོ་ཞེས་བོད་ནས་རང་  
 གི་མཛའ་བོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་དང་རྗེས་  
 སྐྱ་མི་མཐུན་པ་ཁེངས་པ་འདི་དང་འདྲིས་ཤིང་འགྲོགས་  
 པར་མ་བྱེད་ཅིག་འོ་ན་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། སྤར་མཛའ་བོ་  
 འདིས་དུས་ཁྱེ་སར་བྱོད་བསྐྱས་པ་ཡིན་མོད། དེ་ཉྱའི་  
 མགོན་པ་ལ་འབྱུང་ལ་བདག་པོའི་འདུ་ཤེས་དང་མ་  
 བུལ་བར་ངོ་ཚ་ལྡན་པར་གྱིས་ལ། གྱུས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 འདོད་པ་རྗེས་སྐྱབ་ཤིང་ཅེས་པའོ། །འདིར་བསྐྱོར་བའི་  
 ཟུང་ལྡན་སྤྲེལ་བྱེད་གཉིས་པོ་གཟུགས་མཚུངས་ཀྱང་དོན་  
 དང་སྐྱབ་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པས་སྒྲོས་པར་མི་འགྱུར་  
 བ་དཔེར་ན། སྤར་མ་ནི་སྤྲེལ་བ་དགག་པའི་ཆོག་དང་།  
 ཡ་ན་འདི། དེ་འགྲོགས་པ་དང་སྐྱེལ་བའི་ཆོ་རྣམ་དབྱེ་  
 གསུམ་པ་འཇུག་པ་ཐོབ་ཐང་ཡིན་པས། དེ་ལ་གསུམ་

པའི་རྒྱ་བྱིན། རྒྱ་མི་ནར་བསྐྱར་བའི་རྗེས་ཡིན། བྱི་མ་ནི།  
 ལྷ་ན་ཞེས་པ་ཁེངས་པའི་སྐད་དོད་དེ། དེ་ལ་གསུམ་པའི་  
 རྒྱ་ལྷ་མ་ལྟར་བྱིན་པས་ལྷ་ནི་ན་ཞེས་གྲུབ་པ་གཟུགས་  
 མཚུངས་ཀྱང་དོན་ཐ་དད་པ་ལྟ་བུ་འཆད་འགྱུར་གྱི་  
 ཟུང་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་  
 བོད་སྐད་དུ་བསྐྱར་བ་ན་འདི་རྣམས་ལ་སྐྱ་རྒྱན་ཞིག་པ་  
 འདི་དང་འོག་མ་ཀྱན་ལའང་འདྲ་སྟེ་གཟུགས་མཚུངས་  
 ཀྱང་དོན་མི་སྒྲིམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྦྱར་མི་བདུབ་པས་ཀྱང་།  
 རྒྱ་སྐད་གྱི་ཟུང་ལྡན་ཇི་ལྟ་བ་བོད་ལ་མི་འདུག་པར་ཤེས་  
 རུས་སོ། །གཞན་ཡང་འདིར་འགྲོགས་པའི་སྐད་དོད་  
 དངོས་རྒྱ་དཔེར་མི་འདུག་ཀྱང་། རྩོམ་ལ་འདྲིས་པ།  
 དེའི་རྣམ་བཅད་ལྟར་བསྐྱར་ནས་མཚམས་སྦྱར། ཨ་ལྷུང་  
 མ་གྱུར་ཞེས་པ་ལོ་རྩ་བས་དོན་འགྱུར་བྱས་ནས་  
 འགྲོགས་མ་བྱེད་ཅེས་བསྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱལ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མེ་སྒྲ་རྒྱ་དེ་ན་ཏྲི་སྒྲ་རྒྱ། །

མ་ད་ལོ་མ་ད་ལོ་དེ་རྒྱ། །

རྒྱ་རྒྱ་ལོ་མ་ལོ་སྒྲི་རྒྱ། །

ས་ཏྲ་ར་རྒྱ་སྒྲི་གྲ་ཏྲ་ཏྲ། །

ཞེས་འབྲུང་བའི་རྒྱལ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་མ་ད་ལོ་  
མ་ད་ལོ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་བར་མ་ཆོད་ཡོད་པའོ། །དེ་

ཉིད་བོད་སྐད་ལ།

ངང་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲེགས་འཛོམས་པ། །

སྒྲིན་ཀྱི་སྒྲི་ཡིས་སྒྲིས་བྱེད་ནི། །

དགའ་མ་དང་བཅས་བྱེད་མེད་ཀྱི། །

ཁེངས་བྲལ་ཡོད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །

ངང་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲེགས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་བྱང་  
པར་གྱི་ཆོས་གང་ལ་ཡོད་པའི་བྱང་པར་ཅན་ནི་སྤྱིན་གྱི་  
སྤྱི་སྤྱི་བོད་དང་རྒྱ་ནག་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པ་ལྟར་ན་  
འབྲུག་ཅེས་བྱ་བའི་སྲོག་ཆགས་སེམས་ལྡན་གྱི་སྤྱི་སྤྱི་  
དོ། །དེས་ཁེངས་ལྡན་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ལ་ཆགས་པ་  
འཕེལ་བའི་རྒྱུན་བྱེད་པས། མྱོས་བྱེད་དེ་འདོད་སྟོར་ང་  
གི་རྒྱུང་མ་དང་བཅས་པ་ཁེངས་པ་བྲལ་བའི་སྤྱི་དུ་  
དེའི་ཡིད་ལ་འབྲུག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སྟོན་ངག་མཁན་  
གྱིས་བརྗོད་པའོ། །

རྒྱུང་པ་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

རྒྱ་ཇོན་མ་ཏུམ་ཇོན་ཇོན་ཏུ། །

སྤྱི་མཆོད་སྤྱི་བྱ་སྤྱི་ཏོ། །

ཅ་ཏུ་རྩི་ཅ་ཏུ་རྩི་སྤྱི་ནི། །

ར་ས་མོ་རྩི་ཀ་ར་ག་ཏེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ན་ཙ་ཏུ་རྩི་ཙ་ཏུ་  
རྩི་ཞེས་པའི་རྒྱང་ལྷན་བར་མ་ཆད་ཡོད་པའོ། །དེ་ཉིད་  
བོད་སྐད་དུ།

ཁུ་གཏེར་བཞི་ཡི་སྟེ་རགས་ཅན། །

ས་ཡི་ལག་དབྱ་འཇོན་ལ་མཁས། །

ཁྱོད་ཉིད་ཐོབ་ནས་ད་ལྟ་ནི། །

སྟེ་དགུ་རྒྱལ་པོ་བཟང་ལྷན་གྱིར། །

ཁུ་གཏེར་བཞི་ནི་ཤར་སྟོ་རྒྱབ་བྱང་གི་མཐའི་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོ་བཞིའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱང་འདྲིའི་མཐའ་ཡོངས་  
སུ་བསྟོར་བ་དང་། དེ་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མ་དང་ལྷན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་མཐུན་གྱིས་སྟེ་རགས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་  
བཀོད་ནས། དེ་དང་ལྷན་པ་སའི་ལག་དབྱ་ཞེས་པ་སྟེ་



སྐྱུར་བ་སྟེ། ལག་པའི་སྐྱེ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ས་ཆེན་པོའི་  
 ཡན་ལག་འཇམ་བུའི་སྒྲིང་གི་ས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབྱ་  
 བྲལ་འཇིན་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་འཇུག་ཕྱོགས་  
 རི་ལག་པ་དངོས་ཏེ། དེས་ས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོན་ལ་འཁོད་  
 པའི་སྐྱེ་དགུ་ཀུན་ལས་འཇམ་ཞིང་རན་པའི་དབྱ་བྲལ་  
 འཇིན་པ་པོ་ཁྱོད་ཉིད་རྒྱལ་པོར་ཐོབ་པས་ད་ལྟ་ནི་  
 མངའ་འབངས་ཀྱི་སྐྱེ་དགུ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་དང་  
 ལྷན་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་རྒྱལ་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་བསྟོད་  
 པའོ། །

ཀླང་པ་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་རུ་ཀྱི་ཀུ་ཕྱི་དྲུག་ཏུ།

མ་རྩེ་པར་དེ་ལྷོ་ཀ་སྟེ།

པ་དྲ་ཏི་ར་ཐ་རྒྱ་གྲ་གྲ།

ར་རྟེ་རྟེ་ར་རྟེ་རྟེ་སྟེ་ལ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་བཞི་པར་ར་རྟེ་རྟེ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་  
མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

རྒྱང་ཐང་ཤིང་རྟ་སྐྱང་པོ་དང་། །

རྟ་དང་བྲལ་བ་བྱོད་ཀྱི་དགའ། །

འགའ་ཞིག་ནགས་དང་གཞན་དག་ནི། །

སྟ་རྣམས་དག་གི་གནས་སུ་སོང་། །

རྒྱང་ཐང་སྟེ་དཔུང་བྱ་ཆུང་དང་ཤིང་རྟ་དང་སྐྱང་པོ་ཆེ་  
དང་རྟ་པའི་ཆོགས་རྟེ་ཡན་ལག་བཞི་པའི་དཔུང་དང་  
བྲལ་བ་བྱོད་ཀྱི་དགའ་བོ་རྣམས་འགའ་ཞིག་བྱིས་བཏང་  
རྟེ་ནགས་སུ་སོང་ཞིང་། གཞན་རྣམས་བྱོད་ཀྱི་རལ་གྱིའི་  
ལམ་ནས་སྟ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་སོང་སྟེ་ཤིང་། །ཞེས་པའི་  
དོན་རྟོ། །

གཉིས་པ་གཉིས་ལ་ཡོད་པ་ལས། ཀླང་པ་དང་པོ་གཉིས་  
ཀྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མ་རྒྱ་རྩེ་མ་རྒྱ་རྩེ་རྩེ། །

མ་ད་ནེ་མ་ད་ནེ་ཏུ་ཡོ། །

མེ་རྒྱ་མི་རྒྱ་མ་ར་བྱུ། །

མེ་རྒྱ་ཡ་ཏི་ཀྱི་རྩེ་དྲོ། །

ཞེས་པའི་ཀླང་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་མ་རྒྱ་རྩེ་མ་རྒྱ་རྩེ་  
ཞེས་པ་དང་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་བ་ད་ནེ་བ་དེ་ནེ་ཞེས་  
པའི་བྱང་ལྷན་བར་མ་ཆོད་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

ཐུ་སྟེས་གདོང་ལྷན་མིག་དག་གི།

རྣམ་འཕྲུལ་ཡིད་འོང་འདི་ལ་ནི། །

དཔྱིད་ཀྱི་བྱང་བའི་རྣམ་འཕྲུལ་གྱིས། །

ཅ་འདྲི་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་སྟོན། །

ཀྱེ་ཆུ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་ལོ་ལྷན་མ་ཞེས་བོད་པ་སྟེ། ཆུ་  
མཚན་དེའི་བྱེད་ཀྱིས་ཆོག་གི་འགྱུར་ཡང་འདྲི་བཞིན་  
ལེགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བོས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མེག་གཉིས་ཀྱི་  
རྣམ་འཕྱུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདྲི་ལ་དབྱེད་དུས་ཀྱི་བྱང་  
བ་གཞིན་རྒྱུ་གཡོ་བའི་རྣམ་འཕྱུལ་གྱིས་ཅ་འདྲི་བར་  
བྱེད་པ་འདྲི་ཆུ་ཅི་ལས་ཡིན་པ་གསལ་བར་སྟོན་ཤིག།  
ཅས་ངོ་བསྟོད་བྱས་པ་སྟེ་ཅ་འདྲི་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་  
མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་སྟེ་དཔེའི་རྒྱན་ཉིད་དོ། །  
དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། ཆུ་དཔེར།

སྒྲ་ར་ཁོ་སྒྲ་ར་ཁོ་ཆུ་མོ། །

ཏ་ཡོ་སྒྲ་སྒྲ་ར་དུ་རྒྱ་རེ། །

ན་ཡ་ཏོ་ན་ཡ་ཏོ་ཏཱ་ཏོ་ན། །

སྟ་ད་ཉི་མེ་ཀྱ་མ་སྟ་ལ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་སྟ་ར་ཉི་མེ་ར་ཉི་  
ཞེས་པ་དང་། གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ན་ལ་ཉི་མེ་ལ་ཉི་  
ཞེས་པའི་བྱུང་ལྡན་མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

འདོད་པ་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་ཡི། །

སྒྲུང་པོའམ་གཟུང་དཀའ་ཉི་མེད་ཀྱིས། །

གང་ཕྱིར་བདག་ཅག་མཐར་བྱས་པ། །

དེ་ཕྱིར་བྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞི་མཆར། །

ཀྱི་འདོད་པ་ཞེས་འདོད་པའི་ཆགས་པའམ་འདོད་སྟོལ་  
བོས་ནས། བྱོད་ལ་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་རྣམས་པ་དང་ལྡན་  
པའི་སྒྲུང་པོའམ་གཟུང་དཀའ་ཞིང་གི་རྟུ་མགྲོགས་  
པའི་རྟ། འབྲུག་པ་ལ་མཁོ་བ་དག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
འདོད་ལྡན་བདག་ཅག་ལ་སོགས་པ་སྟེད་པ་གསུམ་གྱི་

ལྷས་ཅན་མཐའ་དག་ཆགས་གདུང་གིས་སྒྲིག་མཐར་  
བྱས་པ་དེའི་ཕྱིར་བྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞོན་གྱི་མཐུ་སྟོབས་  
མཆར་ཆེ་བ་མྱད་དུ་བྱུང་བའོ། །ཞེས་པ་བྱུང་པར་བརྗོད་  
པའི་རྒྱན་ལོ། །

དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

རྩ་ཇི་ཏེ་རྩ་ཇི་ཏེ་ཁྲུ་ན། །

རྩི་ཡ་ཏེ་ཏུ་ངོ་ཤི་རྩི་པེ། །

རྩི་ཡ་ཏེ་ཅ་པུ་ནསྟོངྟོ། །

མ་སུ་རྩྱ་མ་སུ་རྩྱ་ར་ཡ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་རྩ་ཇི་ཏེ་རྩ་ཇི་ཏེ་  
ཞེས་པ་དང་། བཞི་པའི་ཐོག་མར་བ་སུ་རྩྱ་བ་སུ་རྩྱ་ཞེས་  
པའི་བྱང་ལྷན་མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུད་དུ།

གཡུལ་དུ་ནོ་བས་མཛེས་པ་ཡི། །

མི་བདག་ཁྱོད་འདས་ནོར་འཛིན་ནི། །

རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ་ནོར་རྒྱན་གྱིས། །

ཆོས་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར། །

གཡུལ་དུ་ནོ་བ་སྟེ་དཔའ་བས་མཛེས་པའི་མི་བདག་  
ཁྱོད་འདས་བས་ནོར་འཛིན་ས་གཞི་ལས་རྒྱལ་ཞིང་དབང་  
དུ་བྱས་པར་གྱུར་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་ནོར་གྱི་རྒྱན་ཏེ་ཡོངས་  
སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པས་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་  
པའང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཀྱང་ནི་རྒྱལ་བ་ཁོ་ནར་མ་  
ཟད་པའོ། །དེས་ན་འདི་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་  
ནོ། །འདི་ལ་འགྱུར་བྱེད་དང་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་  
འགའ་ཞིག་སྤང་ཡང་ནོར་འཛིན་སྤྲུལ་མ་འཛིག་ཏེན་དུ་  
བསྐྱུར་བ་ནི་མི་ལགས་ཏེ་རྒྱ་དཔེར་དེའི་སྐད་དོད་མེད་

པས་སོ། བྱི་མ་ལོ་ར་རྒྱུ་ལོ་ས་བསྐྱར་ཡང་སྐད་དོད་དང་  
མི་འགལ་ཞིང་གཞུང་དོན་དང་མཐུན་པས་ལེགས་པ་སྟེ།  
དེ་ལས་གཞན་པའི་འབྲེལ་ཚུལ་སྣ་ཚོགས་པ་དག་མཆིས་  
ཀྱང་འཐད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གཡུལ་དུ་ནོ་བ་ཞེས་པའང་  
དཔའ་བ་ལ་ནོ་བའི་ཐ་སྐད་བཞག་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་  
མཚོན་ཆ་སོགས་གྱི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེར་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

ཀ་རོ་ཏི་ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟ། །

ཀ་ལི་ཀོ་རྟ་ལི་ཀོ་རྟ་རྟ། །

མཚུ་ལོ་མཚུ་ལོ་ལ་ཕྱེ་ཤ། །

མཚུ་ཀོ་ཀི་ལ་ནི་སྟ་ནམ། །



ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་ཀ་ལི་ཀོང་ལི་ཀོ་  
ཏ་ཞེས་པ་དང་། གསུམ་པའི་ཐོག་མར་མཚུ་ལོ་མཚུ་ལོ་  
ཞེས་པའི་བྱང་ལྗན་བར་མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུ་

དུ།

ས་ཏ་ཀཱ་རའི་མེ་ཏོག་གསར། །

བདག་ཡིད་མཆོག་ཏུ་སྟེད་ལྗན་བྱེད། །

ཁུ་བྱུག་ཕྱོས་པ་དག་གི་སྒྲ། །

ཡིད་དུ་འོང་བ་འདིས་ཀྱང་ངོ་། །

ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟེ་ཚུ་ཏའམ་ཨ་མའི་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེ་མ་ཐག་པ་  
དང་། དཔྱིད་སོས་ཀྱི་ཁུ་བྱུག་དགའ་བས་ཕྱོས་པའི་སྒྲས་  
བདག་གི་རྒྱུ་ལ་སྟེད་པ་ཆེས་ཆེར་ལྗན་ཅིང་འཕེལ་  
བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་སྟེ་འདིར་ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྒྲ་མའི་མེ་  
ཏོག་དུ་འགའ་ཞིག་འཆད་པ་ནི་ལོ་ར་བ་ཡིན་ལ། དཔང་

རྒྱུ་གི་ཚིག་འདི་ཐད་དུ་འང་རྒྱ་འགྲེལ་བསྐྱར་བ་ཡིན་  
འདུག་ཀྱང་ནང་སེམས་ཅན་ལ་སྲིད་པ་ཞེས་པའི་ནང་  
གི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེར་མི་སྤང་བ་ཡིག་ནོར་རྒྱན་  
འབྱམས་པ་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་གོ་དོན་ནི་བཤད་ཟེན་  
མ་ཐག་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་རྒྱན་འདི་ཡང་རང་བཞིན་  
བརྗོད་དང་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཀ་ཐི་ཏུ་དུ་པ་ལསྐ་ཤ། །

མི་ཏུ་མི་ཏུ་དུ་དུ་ཤི་ཤི། །

ཨ་ལསྐ་རྒྱ་ལ་སྐ་རོ་རྒྱ། །

མཁྱ་རྒྱ་མཁྱ་རྒྱ་ཤི་རྒྱ། །

ཞེས་པའི་རྒྱལ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་མེ་ཏུ་ཕྱི་ཏུ་  
ཏུ་ཞེས་པ་དང་། བཞི་པའི་ཐོག་མར་མཆོ་རྒྱ་མཆོ་རྒྱ་  
ཞེས་པའི་བྱང་ལྗན་བར་མ་ཆོད་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱལ་དུ།

བྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་། །

མ་བྲལ་འདི་ལ་དེ་འདྲ་ཡི། །

གནས་སྐབས་ལུས་ནི་འཇིག་བྱེད་པས། །

བྱུང་མེད་འཇིགས་རྒྱས་ཇི་ལྟར་མེན། །

ཅས་པ་འདི་ལ་བོད་རྒྱལ་རྣམས་སུ་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་  
བ་དུ་མ་ཞིག་བྱས་སྤང་ནའང་། དཔང་རྒྱལ་ཉིད་རྒྱ་  
འགྲེལ་བསྐྱར་བའི་ཆོག་ངོ་མར་འདུག་པས་ཆོད་མར་  
གྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་ཆོག་གོ་དཀའ་བ་འདིར་ཅུང་ཟད་  
གསལ་བར་བྱས་ཏེ་འཆད་ན། བྱུང་མེད་འདོད་ལྗན་  
ཞིག་གང་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་ཀྱང་། དེས་དེ་དང་མི་

འགྲོགས་པའི་སྐྱེས་པ་ལང་ཚོ་ཅན་ཞིག་ལ་གཞན་ཞིག་  
 གིས་དེ་གཉིས་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་བྱ་བྱས་  
 པ་ལྟར་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་སྐྱར་བའི་ཚོགས་ལྟེ། བྱད་  
 མེད་འདི་ཁྱོད་ལ་འཕྱད་འདོད་ཁོ་ན་སྟོབས་དང་ལྡན་  
 པས་ཁྱོད་ལ་དམིགས་པའམ་ཐོབ་པར་རེ་བ་དང་མ་  
 བྲལ་ཡང་། འགྲོགས་པ་མ་ཐོབ་པས་མ་ཚོགས་པའི་སྐྱེག་  
 ཉམས་གྱིས་ཁྱོད་མངོན་པར་འདོད་པ་དང་། ཁྱོད་ཉིད་  
 སེམས་པ་དང་། ཁྱོད་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་ཁོ་ན་སྐྱོགས་པའི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་རེ་བ་  
 བཞིན་དུ་མ་འགྲོགས་ན་སྦྲད་ནས་ཁྱོད་ལ་ཡིད་འབྱུང་  
 བ་དང་། འདོད་པ་མ་ཐོབ་པའི་གདུང་བས་སྐྱེ་སྐྱགས་  
 འདོན་པ་དང་། སེམས་འབྲལ་ནས་སྐྱོས་པ་དང་། རྒྱད་  
 དང་ཅི་ཡང་མེད་དྲན་པ་བརྒྱལ་བ་ལྟ་བུས་སྐྱོན་པ་དང་།  
 དེ་ལྟ་བུའི་གདུང་བས་ལྷས་རྒྱིང་གིང་རབ་ཏུ་གས་པའི་  
 གནས་སྐབས་དང་། དེར་ཡང་མ་ཟད་ལྷས་འཇིག་ཅིང་

འཆི་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ན་བྱུང་མེད་ལ་དེ་ལྟར་གཞོན་  
 པའི་འདོད་པ་དེ་འབྲས་ཡུན་རིང་པོར་གསུང་དུ་གཞུག་  
 ནས་ཅི་བྱ། བྱོད་ལང་ཚོ་དར་ཞིང་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་ལ་  
 ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་འཛེགས་ཀྱས་བཞིན་དུ་འདི་ཉིད་ཡལ་  
 བར་མ་འདོར་བར་རྗེས་སུ་བརྩེ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་  
 པ་འདི་ལ་དགག་བྱ་བྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་  
 བྲལ་བ། འགོག་བྱེད་མ་བྲལ་ཅེས་པ་འདི་དང་། ཡང་  
 དགག་བྱ་སྐྱེས་པས་མི་འགོགས་པ། འགོག་བྱེད་གསུང་  
 བའི་རིམ་པ་དེ་དག་གིས་བྱུང་མེད་འཆི་བར་བསྟན་  
 པས་འགོག་རྒྱན་དང་། འུད་ཆེ་ཞིང་བརྗོད་ཚུལ་མཚར་  
 ཉམས་ཆེ་བས་སྤུལ་བྱུང་ཀྱང་ཡིན་ཅོ། །འཆད་ཚུལ་འདི་  
 ལས་གཞན་རིན་སྤངས་ས་སྦྱོད་དབང་པོས། འདོད་ལྡན་  
 གྱི་རྒྱན་པོ་ཞིག་གིས་བྱུང་མེད་ལ་སྦྱས་པའི་ཆོག་དུ་བྱས་  
 ནས། བདག་ལང་ཚོ་རིམ་གྱིས་ཡོལ་བས་རྒྱན་པོར་གྱུར་  
 མོད་ཀྱང་བྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་མ་བྲལ་བས་

སོགས་དང་། སྐས་ཀྱང་ད་དུང་ཅེ་དགའི་ཆེད་དུ་བྱད་  
མེད་ལ་འཇོགས་ནུས་ཅི་ལྟར་མེན་ཏེ་ངེས་པར་ནུས་  
སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་བཀྲལ་བ་ནི་མ་དགོངས་པའི་འོལ་  
ཆོད་ཀྱི་བཤད་པ་ཁོ་ནར་བཅད་ལ། འགྲེལ་བ་གཞན་མང་  
པོར་ཡང་སྐབས་འདིར་སྡེ་མའི་སྐྱོར་སྒྲོས་བྲག་ཆའི་ངང་  
ཚུལ་ཁོ་ནར་བཅད་དོ། །

གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་  
ནི། རྒྱ་དཔེར།

ནི་གྲི་བྱ་ནི་ཏེ་ཀཱ་རྩི། །

བྲ་ལ་པལྱ་ལ་ཤོ་རྩི་ན། །

ཏ་ཅ་ཁྱ་ཏ་ཅ་ཁྱ་ནགྲིལ། །

ན་ལི་ནོ་ན་ལི་ནོ་རྩ་ལྟ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་གསུམ་པར་ཏ་ཅུ་རྒྱ་ཏ་ཅུ་རྒྱ་ཞེས་པ་  
དང་། བཞི་པར་ན་ལི་ལོ་ན་ལི་ལོ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་མ་  
ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱལ་དུ།

ཡལ་འདབ་གསར་པས་མཛེས་པ་ནི།

སྒྲོན་པས་བྱངས་པའི་གཞོན་ནུ་རྣམས། །

པརྱར་མངོན་ཕྱོགས་བྱང་བ་ཡིས། །

མིག་ནས་བབྱང་སྟེ་འགྲུགས་པར་བྱེད། །

འདིར་བརྗོད་བྱ་གཞོན་ནུ་ལང་ཆོ་ལ་བབ་ཅིང་ཡལ་གྱི་  
མཛེས་པའི་ལྷ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཆོགས་  
འགའ་ཞིག་དབྱར་གྱི་ནགས་སྒྲིང་གི་མཛེས་པ་རྒྱས་པ་  
དང་། བད་ཆལ་བྱང་བ་ཅན་ལྟ་བའི་ཕྱིར་རྒྱ་བ་ཉིད་  
བརྗོད་བྱ་ཡིན་ལ། བརྗོད་ཚུལ་དབྱིད་ཀ་ཡལ་འདབ་  
གསར་པས་མཛེས་པའི་སྒྲོན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་རྣམས་

གྱི་མཛེས་པས་མིག་ནས་བབྱང་བ་སྟེ། མིག་ཤེས་དེའི་  
ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་དྲངས་ནས་ནགས་སུ་རྒྱུ་ལོ། །དེར་ཡང་  
མ་བཟང་བྱང་བ་དང་ལྷན་པའི་མེ་ཏྲོག་པར་རྣམས་ཀྱིས་  
ཀྱང་མིག་ནས་བབྱང་སྟེ་ལྷ་བའི་སྐལ་བཟང་ལ་སྦྱོད་པའི་  
ཕྱིར་ཆལ་དེར་འགྲུགས་པར་བྱེད་དོ། །སུ་ཞིག་འགྲུགས་  
ན་རྒྱུ་པ་བཞི་དབུས་སུ། གཞོན་ཅུ་རྣམས་ཞེས་རིགས་  
གྱི་སྤྲུལ་གསལ་བར་བྱས་པ་རྣམས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་  
རིགས་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་གསུམ་ལ་ཡོད་པ་ལས། རྒྱུ་པ་སྤྲུལ་གྱི་  
ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱུ་དཔེར།

མེ་ཤ་དུ་མེ་ཤ་དུ་མཉམ། །

སྤྲུལ་སེ་སྤྲུལ་སེ་ཇ་ལེ། །

ཀྱུ་ཅུ་ཏེ་ཀྱུ་ཅུ་ཏེ་ནི་ཡོ། །



ཏྲི་སྒྲི་མུ་མཚུ་གྲ་མི་ཤྲི།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོར། མི་ཤ་དུ་མི་ཤ་དུ་ཞེས་པ་  
དང་གཉིས་པར་སྒྲ་ར་སེ་སྒྲ་ར་སེ་དང་། གསུམ་པར་གྲ་  
ཅུ་ཏེ་གྲ་ཅུ་ཏེ་ཞེས་པ་ཐོག་མའི་ཟུང་ལྷན་མ་ཚོད་པ་  
ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུ་དུ།

ཚྱུས་པའི་བཞད་ནི་རབ་འཇུག་པ།

རྩིང་གི་ཁུ་ལ་དཀར་བ་ཡི།

ངང་མོ་འདི་ཡི་ཅ་ཅི་ཡིས།

བདག་ནི་མཐར་བྱེད་ཟས་སུ་བྱེད།

དགའ་བས་གྲུན་དུ་ཚྱུས་པའི་བཞད་ཅེས་བྱ་བའི་བྱའི་  
ཁྱད་པར་འཇུག་འོས་པའི་རྩིང་གི་ཁུ་དྲངས་པ་ལ་  
གནས་པ་གྲུན་ནས་དཀར་བའི་ངང་མོ་འདི་ཅ་ཅིའི་སྒྲ་  
སྟན་པས་འདོད་པའི་གདུང་བ་བསྐྱངས་ཏེ་བྲལ་བས་

ཉེན་པ་བདག་ནི་མཐར་བྱེད་གཤིན་རྗེའི་ཟས་སུ་བྱེད་  
དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱ་དང་ཕུལ་བྱང་གི་རྒྱན་ནོ། །

རྒྱ་དང་པོ་གཉིས་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་  
ནི། རྒྱ་དཔེར།

མེ་ཕྲ་མེ་ཕྲ་མན་མེ་ཏི། །

མ་ད་ཨྱི་མ་ད་ནུ་ནུ། །

ས་ཏེ་རྩ་ཀ་ལ་ཡཱ་པོ་རྟ། །

མ་ལ་ཡཱ་མ་ལ་ཡཱ་ནི་ལུ། །

ཞེས་པའི་རྒྱ་དང་པོར་མེ་ཕྲ་མེ་ཕྲ་མེ་ཕྲ་མེ་ཞེས་པ་  
དང་། གཉིས་པར་མ་ད་ཨྱི་མ་ད་ཨྱི་ཞེས་པ་དང་། བཞི་  
པར་ས་ལ་ཡཱ་མ་ལ་ཡཱ་ཞེས་པའི་དང་པོའི་བྱང་ལྷན་བར་  
མ་ཆོད་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུ་དུ།

དྲི་བུ་ལ་ལྷ་བའི་ཆ་དག་དང་།

སྟན་ཅིག་མ་ལ་ཡ་ཡི་རྒྱུང་།

བདག་དག་འཁྱིལ་བྱེད་འདོད་པ་ནི།

མི་བཟད་དུག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ།

དྲི་མ་དང་བུ་ལ་བ་ལྷ་བའི་ཆ་བཅུ་དུག་ཅི་རིགས་པ་དང་  
སྟན་ཅིག་འགྲོགས་པའི་མ་ལ་ཡའི་རྒྱུང་འདིས་བུ་ལ་བས་  
ཉེན་པ་བདག་དག་འབར་མི་བྱེད་དེ་འདོད་པའི་གདུང་  
བས་སྟོག་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་བཟད་པའི་དུག་  
གི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བ་སྟེ་འདྲའོ། །ཞེས་པ་འདི་ལ་སྟན་ཅིག་  
བརྗོད་པ་དང་འགོག་རྒྱ་དང་གཟུགས་ཅན་དང་དཔེ་  
དང་ཕུལ་བྱུང་གི་རྒྱ་རྒྱུ་མས་ཡོད་དོ།

རྒྱ་པ་དང་པོ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི།  
རྒྱ་དཔེར།



ཅེས་པ་འདི་ནི་བྱད་མེད་མཛེས་མ་རྒྱན་གོས་བཟང་  
 བོས་སྤྲས་པ་ཞིག་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་ཆགས་ཀྱང་། བྱད་  
 མེད་དེ་ཁེངས་པའི་དབང་གིས་གྲོགས་སུ་མ་ཐོབ་པའི་  
 རྒྱེས་པ་ཞིག་གིས་ལྷས་མེད་གཞན་འཕྱལ་གྱི་དབང་པོ་  
 ལ་འདོད་གསོལ་དུ་སྤྲས་པའི་ཚིག་ལྟར་དུ་སྤྲར་བ་སྟེ། དེ་  
 ཡང་གྱེ་ལྷས་མེད་འདོད་པའི་སྟ་ཞེས་བོད་ནས་འདོད་  
 ལྡན་བདག་བསྟེན་པར་མི་འདོད་པའི་ཁེངས་པ་ཅན་  
 རིན་པོ་ཆེ་མུ་ཏིག་ལ་སོགས་པའི་དོ་ཤལ་དང་མིག་གི་  
 ལྷུང་ལ་གདོང་གི་པར་འཇུག་པའི་ཀྱ་མུད་དང་ལྡན་པས་  
 འདོད་སྟ་ཁྱོད་ཀྱིས་མདའ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་བའི་དོང་པ་  
 ཉིད་དུ་གྱུར་པ་མཛེས་མ་འདི་ཉིད་གྲོགས་སུ་མ་ཐོབ་  
 པའི་གདུང་བས་ལྷས་རྒྱད་པ་སྟེ་ཕྱ་བར་གྱུར་པ། བདག་  
 གི་ལྷས་འདི་དང་སྟན་ཅིག་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པའི་བདེ་  
 བས་ལྷས་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག ཅེས་བདག་ཉིད་གདུང་  
 བའི་རྒྱ་ཁེངས་ལྡན་མའི་ཁེངས་པ་འདི་འདོད་པའི་སྟ་

ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བསལ་ནས་བདག་ལ་ཀུན་  
དགའི་རྒྱར་འབྱར་བར་མཛོད་ཅེས་དོན་དུ་གཉེར་བ་  
འདི་གཟུགས་ཅན་དང་ཤེས་བཟོད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་  
ནོ། །

ཕྱེ་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཇ་ཡ་ཏཱ་ཏཱ་ཆེ་ཆེ་།

ན་ཀ་ཐོ་ན་ཀ་ཐོ་ཇི་ཏྟ། །

ཀ་མ་ལོ་ཀ་མ་ལོ་ཀུའ། །

ད་ལེ་མདྲ་ལེ་མདྲེ་ཡེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར་གཉིས་པར་ན་ཀ་ཐོ་ན་ཀ་ཐོ་ཞེས་པ་  
དང་། གསུམ་པར་ཀ་མ་ལོ་ཀ་མ་ལོ་ཞེས་པ་དང་། བཞི་  
པར་ད་ལེ་མདྲ་ད་ལེ་མདྲ་ཅེས་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་  
མ་ཆོད་པ་ཡོད་པའོ། །བོད་རྒྱུད་དུ།

སྟོང་གྱི་གདོང་གིས་བདག་ལས་རྒྱལ། །

ཆུ་ཡི་རྒྱན་གྱུར་བྱང་བ་ཅན། །

འདབ་ལྗན་པར་གཏམ་མེད་ལས། །

ཅི་ལྟར་མི་རྒྱལ་བདག་དགའ་མ། །

སྟོང་གྱི་གདོང་གིས་བདག་གཏམ་སྒྲིབ་པ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་  
ཞིང་དབང་དུ་བྱས་པ་འདི་ལྟ་ན་ཆུའི་རྒྱན་ཅམ་དུ་གྱུར་  
པ་བྱང་བ་གཡོ་བ་ཅན་འདབ་མ་དང་ལྗན་པའི་མེ་ཏྲོག་  
པར་གཏམ་སྒྲིབ་མེད་པ་བཅའ་པོའི་དངོས་པོ་ལས་ཅིའི་  
ཕྱིར་མི་རྒྱལ་ཏེ་རྒྱལ་བ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་གི་  
དགའ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

རྐང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ར་མ་རྒྱེ་ར་མ་རྒྱེ་ཡུ་མེ། །

ཕུ་ཏ་ལུ་ཕུ་ཏ་ལུ་བྱ་གྲ། །

ལུ་ཏ་ལུ་ལུ་ཏ་ལུ་ལུ་ཏ། །

སྐྱ་ར་ལུ་སྐྱ་ར་ལུ་ལུ་ཏ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་ལ་ར་མ་ལུ་ར་མ་ལུ་དང་།  
གཉིས་པར་ཕུ་ཏ་ལུ་ཕུ་ཏ་ལུ་དང་། གསུམ་པར་ལུ་ཏ་ལུ་  
ལུ་ཏ་ལུ་དང་། བཞི་པར་སྐྱ་ར་ལུ་སྐྱ་ར་ལུ་ཞེས་པའི་ཐོག་  
མའི་བྱང་ལུ་མ་ལོང་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པ་སྟེ།  
དཔེར་བརྗོད་བྱེ་མ་འདི་གསུམ་ཏུ་བཟུང་བྱ་དགའ་  
བའོ། །དེ་ཉིད་བོད་རྒྱུ་ཏུ།

ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་གྱུར་པའི། །

ཏུ་ལུ་མོ་བཞིན་ཕུ་ཏ་ལ། །

དགའ་དམར་གོས་ཅན་ངེ་བཟང་གནས། །



བདག་གི་དགའ་མ་དགའ་བར་བྱ། །

ཐུན་མཚམས་སུ་ཉི་མའི་འོད་གྱིས་དམར་བ་གྱུར་པའི་  
རྩབ་ཕྱོགས་ཐུ་སྟོ་མོ་བཞིན་དུ་འཇམ། ཡང་ན་ཤིང་ཕྱ་ཁ་ལ་  
ཏེ་སྐྱ་སྐར་དུ་གྲགས་པའི་སྟོན་ཤིང་གི་མེ་ཏྲོག་ལྟར་ཨ་  
རུ་ཁ་ནི་དགར་དམར་རམ་དམར་སྐྱ་ལ་འཇུག་པས་དེ་  
འདྲའི་གོས་འཆང་བ་ཅན། ཁ་དང་ལུས་ལས་ཟུངས་  
དང་ག་ཕུར་སོགས་ཀྱི་ངྷི་བཟང་པོ་འཕྲལ་དུ་བྱས་པའཇམ།  
སྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ལྷང་བའི་གནས་གཞིར་གྱུར་པ་བདག་  
གི་དགའ་མ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡིད་དུ་འོང་བས་ཀུན་  
དགའ་བར་བྱེད་པའོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏྲོ། །འདིར་ཐུན་  
མཚམས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་རྩབ་ཕྱོགས་ནི་གོས་དམར་པོ་གྲོན་  
པའི་དགའ་མ་དེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དཔེ་དང་། ཤིང་ཕྱ་  
ཁ་ལ་ནི་གོས་ཉིད་ཀྱི་ཁ་དོག་གི་དཔེར་བཞོན་པའོ། །

ལྷ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱུ་པའི་ཐོག་མ་ཡི། །

བྱང་ལྷ་བར་ཆོད་མེད་རྣམ་རྟོག།

དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རྣམ་པས་རྒྱུ་པའི་ཐོག་མ་ན་ཡོད་  
པའི་བྱང་ལྷ་བར་མ་ཆོད་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་སྟེ་རྣམ་པར་  
དབྱེ་བ་བསྟན་པའོ། །

༡ རྒྱུ་པའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྷ།

དང་པོ་ལ་གཉིས། སྒྱུར་བ་རྒྱས་པར་དཔེར་བརྗོད། རོན་  
བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། བར་མ་ཆོད་ཀྱི་བྱང་ལྷ།  
བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷ། ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་  
ལྷ་ནོ། །

བར་མ་ཆོད་ཀྱི་བྱང་ལྷ།

དང་པོ་ལ་ལྷ། ཀླང་པ་གཅིག་ལ་ཡོད་པ། གཉིས་ལ་ཡོད་  
པ། གསུམ་ལ་ཡོད་པ། བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པ། རོན་བསྐྱུ་  
བའོ། །

དེ་ལས་དང་པོ་ཀླང་པ་གཅིག་གི་དང་པོ་ལ་ཡོད་པ་ནི།  
ཏྲ་དཔེར།

ལྷ་མོ་ན་ལྷ་མོ་ན་ས་ཁོ། །

པ་ཏ་ཡོ་ལྷ་མོ་ཡོ་ལོ་ནི། །

ལཱི་ཏྲ་ཀཱ་ལྷ་མོ་ལྷ། །

ཏ་མེས་ཀྱ་ཏུ་ས་ཏ་པ་ལ། །

ཞེས་པའི་ཀླང་པ་དང་པོའི་དང་པོ་ན། ལྷ་མོ་ན་ལྷ་མོ་ན་  
ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་བར་མ་ཆོད་པ་ཡོད་  
པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

གྲོགས་མོ་མཛའ་བོའི་སྐྱེ་བོ་ལ། །

ཁེངས་པ་འདི་དང་འགྲོགས་མ་བྱེད། །

བསྐྱུས་པའི་མགིན་པ་ནས་འབྱུང་ལ། །

དེ་ཉིད་ངོ་ཚ་ལྷན་པར་གྱིས། །

ཞེས་པ་དུས་བཟའ་བའི་སར་མ་འོངས་པས་བསྐྱུས་པའི་  
མཛའ་བོ་ལ་བྱུང་མེད་ཞིག་ཁྱོས་ནས། སྤར་བདག་པོས་  
འདོད་པ་དོན་དུ་གཉེར་པ་ན་ཡང་ལན་སྒྲན་པའི་ཕྱིར་  
ཁེངས་ཤིང་ཁྱོས་ནས་མི་འདུད་པ་ལ། དེའི་གྲོགས་མོར་  
གྱུར་པའི་བྱུང་མེད་གཞན་ཞིག་གིས་སྐྱ་པ་ལྟར་བྱས་  
ནས་སྐྱར་བ་ཉྱེ། དེ་ཡང་ཁྱེ་གྲོགས་མོ་ཞེས་བོད་ནས་རང་  
གི་མཛའ་བོའི་སྐྱེ་བོ་ལ་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་དང་རྗེས་  
སྐྱ་མི་མཐུན་པ་ཁེངས་པ་འདི་དང་འདྲིས་ཤིང་འགྲོགས་  
པར་མ་བྱེད་ཅིག འོ་ན་ཅི་བྱ་ཞེ་ན། སྤར་མཛའ་བོ་

འདིས་དུས་ཀྱི་སར་བྱོད་བསྐྱུས་པ་ཡིན་མོད། དེ་ལྟའི་  
 མགྱིན་པ་ལ་འབྱུང་ལ་བདག་པོའི་འདུ་ཤེས་དང་མ་  
 བུལ་བར་ངོ་ཆ་ལྡན་པར་གྱིས་ལ། གུས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 འདོད་པ་རྗེས་སྐྱབ་ཤིང་ཅེས་པའོ། །འདིར་བསྐྱོར་བའི་  
 ཟུང་ལྡན་སྤྱི་བའི་པོ་གཟུགས་མཚུངས་ཀྱང་དོན་  
 དང་སྐྱབ་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་ཐ་དད་པས་སྒྲོས་པར་མི་འགྱུར་  
 བ་དཔེར་ན། སྤྱི་མ་ནི་སྤྱི་ཞེས་པ་དགག་པའི་ཆོག་དང་།  
 ཨ་ན་འདི། དེ་འགྲོགས་པ་དང་སྒྲེལ་བའི་ཆོ་རྒྱལ་དབྱེ་  
 གསུམ་པ་འཇུག་པ་ཐོབ་ཐང་ཡིན་པས། དེ་ལ་གསུམ་  
 པའི་ཏུ་བྱིན། ཏུ་ཨི་ནར་བསྐྱུར་བའི་རྗེས་ཡིན། བྱི་མ་ནི།  
 སྤྱི་ན་ཞེས་པ་ཁེངས་པའི་སྐད་དོད་དེ། དེ་ལ་གསུམ་པའི་  
 ཏུ་སྤྱི་མ་ལྟར་བྱིན་པས་སྤྱི་ནི་ན་ཞེས་གྲུབ་པ་གཟུགས་  
 མཚུངས་ཀྱང་དོན་ཐ་དད་པ་ལྟ་བུ་འཆད་འགྱུར་གྱི་  
 ཟུང་ལྡན་ཐམས་ཅད་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །འོན་ཀྱང་  
 བོད་སྐད་དུ་བསྐྱུར་བ་ན་འདི་རྒྱལ་ལ་སྤྱི་བྱིན་ཞིག་པ་

འདི་དང་འོག་མ་ཀྱན་ལའང་འདྲ་སྟེ་གཟུགས་མཚུངས་  
ཀྱང་དོན་མི་སྣོས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སྦྱར་མི་བདུབ་པས་ཀྱང་།  
རྒྱ་སྐད་ཀྱི་བྱང་ལྡན་ཇི་ལྟ་བུ་བོད་ལ་མི་འདུག་པར་གཤམ་  
ལུས་སོ། །གཞན་ཡང་འདིར་འགྲོགས་པའི་སྐད་དོད་  
དངོས་རྒྱ་དཔེར་མི་འདུག་ཀྱང་། རྩོ་ཆ་ཡ་འདྲིས་པ།  
དེའི་ནམ་བཅད་ལྟར་བསྐྱར་ནས་མཚམས་སྦྱར། ཨ་ལྷུང་  
མ་གྱུར་ཞེས་པ་ལོ་རྩ་བས་དོན་འགྱུར་བྱས་ནས་  
འགྲོགས་མ་བྱེད་ཅེས་བསྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། །

རྒྱ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མེ་གླ་རྒྱ་དེ་ན་ཏི་སྒྲ་རྒྱ། །

མ་ད་ལོ་མ་ད་ལོ་དེ་རྒྱ། །

རུ་རྒྱ་སྒྲ་འི་མ་རྩ་སྒྲི་རྒྱ། །

ས་ཏ་ར་ལྷ་མི་གྲ་ཏ་ཏེ། །

ཞེས་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་མ་ད་ནོ་  
མ་ད་ནོ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་བར་མ་ཆོད་ཡོད་པའོ། །དེ་  
ཉིད་བོད་སྐད་ལ།

ངང་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲེགས་འཛོམས་པ། །

སྤྱིན་གྱི་སྤྱི་ཡིས་སྤྱིས་བྱེད་ནི། །

དགའ་མ་དང་བཅས་བྱེད་མེད་གྱི། །

ཁེངས་བྲལ་ཡིད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད། །

ངང་པ་རྣམས་ཀྱི་དྲེགས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པའི་ཁྱད་  
པར་གྱི་ཆོས་གང་ལ་ཡོད་པའི་ཁྱད་པར་ཅན་ནི་སྤྱིན་གྱི་  
སྤྱི་སྤྱི་བོད་དང་རྒྱ་ནག་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པ་ལྟར་ན་  
འབྲུག་ཅེས་བྱ་བའི་སྤྱི་ཆགས་སེམས་ལྡན་གྱི་སྤྱི་སྐད་  
དོ། །དེས་ཁེངས་ལྡན་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡིད་ལ་ཆགས་པ་  
འཕེལ་བའི་རྒྱུ་བྱེད་པས། སྤྱིས་བྱེད་དེ་འདོད་སྟོ་རང་

གི་ཆུང་མ་དང་བཅས་པ་ཁེངས་པ་བྲལ་བའི་སྐད་དུ་  
དེའི་ཡིད་ལ་འཇུག་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སྟོན་ངག་མཁན་  
གྲུས་བརྗོད་པའོ། །

རྒྱུ་པ་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

རྒྱ་ཇོན་མ་ཏུམ་ཇོན་ཇོན་ཏུ། །

སྟ་མཆོ་ཤ་བྱ་སྟ་ཏུ། །

ཅ་ཏུ་རྩ་ཅ་ཏུ་རྩ་སྟོ་རྟོ། །

ར་ས་ལོ་རྩ་ཀ་ར་ག་ཏེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ན་ཅ་ཏུ་རྩ་ཅ་ཏུ་  
རྩ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་བར་མ་ཆད་ཡོད་པའོ། །དེ་ཉིད་  
བོད་སྐད་དུ།

ཆུ་གཏེར་བཞི་ཡི་སྟེ་རགས་ཅན། །



ས་ཡི་ལག་དབྱ་འཇོན་ལ་མཁས། །

ཁྱོད་ཉིད་ཐོབ་ནས་ད་ལྟ་ནི། །

སྐྱེ་དགུ་རྒྱལ་པོ་བཟང་ལྡན་གྱི། །

ཆུ་གཏེར་བཞི་ནི་ཤར་སྟོ་རྒྱབ་བྱང་གི་མཐའི་རྒྱ་མཆོ་  
ཆེན་པོ་བཞིའོ། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྤང་འདྲིའི་མཐའ་ཡོངས་  
སྤྱ་བསྐྱོར་བ་དང་། དེ་རིན་པོ་ཆེ་དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་མཐུན་གྱིས་སྐྱེ་རགས་ཀྱི་གཟུགས་སྤྱ་  
བཀོད་ནས། དེ་དང་ལྡན་པ་སའི་ལག་དབྱ་ཞེས་པ་སྤྱ་  
སྤྱར་བ་ཏྟེ། ལག་པའི་སྤྱ་ཕྱོགས་གཅིག་ལ་ས་ཆེན་པོའི་  
ཡན་ལག་འཇོན་བུའི་སྤང་གི་ས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབྱ་  
ཁྲལ་འཇོན་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་འཇུག་ཕྱོགས་  
ནི་ལག་པ་དངོས་ཏེ། དེས་ས་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཁྱོན་ལ་འཁོད་  
པའི་སྐྱེ་དགུ་ཀུན་ལས་འཇོན་ཞིང་རན་པའི་དབྱ་ཁྲལ་  
འཇོན་པ་པོ་ཁྱོད་ཉིད་རྒྱལ་པོར་ཐོབ་པས་ད་ལྟ་ནི་

མངའ་འབངས་ཀྱི་སྐྱེ་དགུ་ནྟམས་རྒྱལ་པོ་བཟང་པོ་དང་  
ལྷན་པར་གྱུར་རྟོ། །ཞེས་རྒྱལ་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་བསྟོད་  
པའོ། །

རྒྱལ་པོ་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་རུ་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་།

མ་རྒྱུ་པར་དེ་ལྷ་ཀ་སྟོ། །

པ་དྲ་ཏི་ར་ཐ་ལྷ་གྲ་གྲ་།

ར་ཏི་ཏི་ར་ཏི་ཏི་སྟོ་མ། །

ཞེས་པའི་རྒྱལ་པོ་བཞི་པར་ར་ཏི་ཏི་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་

མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

རྒྱལ་ཐང་ཤིང་ཏི་སྐང་པོ་དང་། །

ཏི་དང་བྲལ་བ་ཁྱོད་ཀྱི་དགུ། །

འགའ་ཞིག་ནགས་དང་གཞན་དག་ནི།

ལྷ་རྣམས་དག་གི་གནས་སུ་སོང་།

རྒྱུ་ཐང་སྟེ་དཔུང་བུ་ཆུང་དང་ཤིང་རྩ་དང་སྒྲང་པོ་ཆེ་  
དང་རྩ་པའི་ཚྲི་ལྷ་ལྷ་པའི་དཔུང་དང་  
བུ་ལ་བ་བྱོད་ཀྱི་དབྱ་བོ་རྣམས་འགའ་ཞིག་བྱིས་བཏང་  
ཏེ་ནགས་སུ་སོང་ཞིང་། གཞན་རྣམས་བྱོད་ཀྱི་རལ་བྱའི་  
ལམ་ནས་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་གནས་སུ་སོང་སྟེ་ཤིང་། ཞེས་པའི་  
དོན་ཏོ།

གཉིས་པ་གཉིས་ལ་ཡོད་པ་ལས། རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཉིས་  
ཀྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱུ་དཔེར།

མ་རྒྱུ་རི་མ་རྒྱུ་རྩྭ་ཐོ།

མ་ད་ནི་མ་ད་ནི་ཏུ་ཡོ།

མི་རྒྱུ་མི་རྒྱུ་མ་ར་བྱུ།

མེ་ཏུ་མེ་ལ་ཏི་གྱི་རྩི་དྲོ།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་མ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་རྩུ་  
ཞེས་པ་དང་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་བ་ད་ནེ་བ་དེ་ནེ་ཞེས་  
པའི་བྱང་ལྡན་བར་མ་ཆོད་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུ་དུ།

ཆུ་སྟེས་གདོང་ལྡན་མིག་དག་གི།

རྣམ་འཕྱུལ་ཡིད་འོང་འདི་ལ་ནི།

དཔྱིད་ཀྱི་བྱང་བའི་རྣམ་འཕྱུལ་གྱིས།

ཙུ་འདྲི་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་སྟེ།

ཀྱི་ཆུ་སྟེས་པརྩུ་འཕྱུལ་གདོང་ལྡན་མ་ཞེས་བོད་པ་སྟེ། ཆུ་  
མཆོན་དེའི་ཕྱིར་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཡང་འདི་བཞིན་  
ལེགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བོས་ནས་བྱོད་ཀྱི་མིག་གཉིས་ཀྱི་  
རྣམ་འཕྱུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་འདི་ལ་དཔྱིད་དུས་ཀྱི་བྱང་  
བ་གཞིན་རྩུ་འཕྱུལ་གྱིས་ཙུ་འདྲི་བར་

བྱེད་པ་འདི་རྒྱ་ཅི་ལས་ཡིན་པ་གསལ་བར་སྒྲོས་ཤིག།  
ཅེས་ངོ་བསྟོད་བྱས་པ་སྟེ་ཙཱ་འདྲི་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ནི་  
མཚུངས་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་སྟེ་དཔེའི་རྒྱན་ཉིད་དོ། །  
དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྒྲ་ར་ཚོ་སྒྲ་ར་ཚོ་ལྟ་མོ། །

ཏ་ཡོ་སྒྲ་སྒྲ་ར་དུ་རྒྱ་རེ། །

ན་ཡ་ཏོ་ན་ཡ་ཏོ་ཉ་རྒྱ་ན། །

སྟ་ད་ཏོ་མི་ག་མ་སྟ་མ། །

ཞེས་པའི་རྒྱ་དང་པོ་དང་པོའི་ཐོག་མར་སྒྲ་ར་ཚོ་སྒྲ་ར་ཚོ་  
ཞེས་པ་དང་། གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ན་ཡ་ཏོ་ན་ཡ་ཏོ་  
ཞེས་པའི་བྱེད་ལྷན་མ་ཚད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱ་དང་དུ།  
འདོད་པ་གཡུལ་དུ་དཔེར་བ་ཡི། །

སྒང་པོ་འཕ་གཟུང་དཀར་རྟ་མེད་ཀྱིས།

གང་ཕྱིར་བདག་ཅག་མཐར་བྱས་པ།

དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞོན་མཆར།

ཀྱི་འདྲོད་པ་ཞེས་འདྲོད་པའི་ཆགས་པའཕ་འདྲོད་ལྟ་ལ་  
བོས་ནས། ཁྱོད་ལ་གཡུལ་དུ་དཔའ་བ་རྣམས་པ་དང་ལྡན་  
པའི་སྒང་པོ་འཕ་གཟུང་དཀར་ཞིང་གི་རྟ་མཁྱོགས་  
པའི་རྟ། འབྲུག་པ་ལ་མཁོ་བ་དག་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་  
འདྲོད་ལྡན་བདག་ཅག་ལ་སོགས་པ་སྤྱིད་པ་གསུམ་གྱི་  
ལུས་ཅན་མཐར་དག་ཆགས་གདུང་གིས་སློག་མཐར་  
བྱས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་གཞོན་གྱི་མཐུ་སྟོབས་  
མཆར་ཆེ་བ་མྱད་དུ་བྱུང་བའོ། །ཞེས་པ་བྱུང་པར་བརྗོད་  
པའི་རྒྱན་ནོ།

དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

རྩ་ཇི་ཏེ་རྩ་ཇི་ཏེ་ཁྱུ་མ། །

རྩི་ཡ་ཏེ་ཏུ་ངོ་ཤི་རྩི་པེ། །

རྩི་ཡ་ཏེ་ཅ་པུ་ནལྱི་ཏྲོ། །

མ་སུ་རྩྱ་མ་སུ་རྩྱ་ར་ཡ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་རྩ་ཇི་ཏེ་རྩ་ཇི་ཏེ་  
ཞེས་པ་དང་། བཞི་པའི་ཐོག་མར་བ་སུ་རྩྱ་བ་སུ་རྩྱ་ཞེས་  
པའི་བྱང་ལྷན་མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུད་དུ།

གཡུ་ལ་དུ་རྩི་བས་མཛེས་པ་ཡི། །

མི་བདག་ཁྱོད་འདས་ནོར་འཛིན་ནི། །

རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏེ་ནོར་རྒྱན་གྱིས། །

ཆོས་པ་དག་ཀྱང་ཐོབ་པར་གྱུར། །

གཡུལ་དུ་རྩོམ་བཞུགས་དཔལ་བས་མཛེས་པའི་མི་བདག་  
 ཁྱོད་འདྲ་བས་ཞོར་འཛིན་ས་གཞི་ལས་རྒྱལ་ཞིང་དབང་  
 དུ་བྱས་པར་གྱུར་ལ། དེའི་རྩིས་སུ་ཞོར་གྱི་རྒྱན་ཏེ་ཡོངས་  
 སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པས་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་རྩིགས་  
 པའང་ཐོབ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཀྱང་ནི་རྒྱལ་བ་ཁོ་ནར་མ་  
 ཟད་པའོ། །དེས་ན་འདི་ནི་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱན་  
 རོ། །འདི་ལ་འགྱུར་བྱུང་དང་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་  
 འགའ་ཞིག་སྤང་ཡང་ཞོར་འཛིན་སྤྲུལ་མ་འཛིག་ཏེན་དུ་  
 བསྐྱུར་བ་ནི་མི་ལགས་ཏེ་རྒྱ་དཔེར་དེའི་སྐད་དོད་མེད་  
 པས་སོ། །ཕྱི་མ་ཞོར་རྒྱན་ཞེས་བསྐྱུར་ཡང་སྐད་དོད་དང་  
 མི་འགལ་ཞིང་གཞུང་དོན་དང་མཐུན་པས་ལགས་པ་སྟེ།  
 དེ་ལས་གཞན་པའི་འགྲེལ་ཚུལ་སྤྲུལ་ཚོགས་པ་དག་མཆིས་  
 ཀྱང་འཐད་པ་མ་ཡིན་རོ། །གཡུལ་དུ་རྩོམ་བཞུགས་པའང་  
 དཔལ་བ་ལ་རྩོམ་བའི་ཐ་སྐད་བཞག་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་  
 མཚན་ཆ་སོགས་ཀྱི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེར་མེད་དོ། །



གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

ཀ་རོ་ཏི་ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟ། །

ཀ་ལི་ཀོངྱ་ལི་ཀོངྱ་རྩ། །

མརྩ་ལོ་མརྩ་ལོ་ཏ་ཕྱེ་ཤ། །

མརྩ་ཀོ་ཀི་ལ་ནིསྟ་ནམ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་པའི་ཐོག་མར་ཀ་ལི་ཀོངྱ་ལི་ཀོ་  
ཏ་ཞེས་པ་དང་། གསུམ་པའི་ཐོག་མར་མརྩ་ལོ་མརྩ་ལོ་  
ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་ལྷན་བར་མ་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུ་

དུ།

ས་ཏ་ཀཱ་རའི་མེ་ཏོག་གསར། །

བདག་ཡིད་མཆོག་ཏུ་སྟེད་ལྷན་ཕྱེད། །

ཁུ་བྱུག་ཚྱུས་པ་དག་གི་སྒྲ། །

ཡིད་དུ་འོང་བ་འདིས་ཀྱང་ངོ་། །

ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟེ་ཚུ་ཏའམ་ཨ་མའི་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེ་མ་ཐག་པ་  
དང་། དཔྱིད་སོས་ཀྱི་ཁུ་བྱུག་དག་འ་བས་ཚྱུས་པའི་སྒྲས་  
བདག་གི་རྒྱད་ལ་སྟེད་པ་ཆེས་ཆེར་ལྷན་ཅིང་འཕེལ་  
བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་སྟེ་འདིར་ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟེ་མའི་མེ་  
ཏོག་དུ་འག་འ་ཞིག་འཆད་པ་ནི་ནོར་བ་ཡིན་ལ། དཔང་  
རྒྱུ་གི་ཆོག་འདི་ཐད་དུ་འང་རྒྱ་འགྲེལ་བསྐྱར་བ་ཡིན་  
འདུག་ཀྱང་ནང་སེམས་ཅན་ལ་སྟེད་པ་ཞེས་པའི་ནང་  
གི་སྒྲ་དོད་རྒྱ་དཔེར་མི་སྤང་བ་ཡིག་ནོར་རྒྱན་  
འབྱམས་པ་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་གོ་དོན་ནི་བཤད་ཟེན་  
མ་ཐག་པ་ལྟར་རོ། །དེས་ན་རྒྱན་འདི་ཡང་རང་བཞིན་  
བརྗོད་དང་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།



ཅེས་པ་འདི་ལ་བོད་རྒྱུ་རྣམས་སུ་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་  
 བ་དུ་མ་ཞིག་བྱས་སྤང་ནའང་། དཔང་རྒྱུ་ཉིད་རྒྱ་  
 འགྲེལ་བསྐྱར་བའི་ཆོག་ངོ་མར་འདུག་པས་ཆད་མར་  
 གྱུར་ལ། འོན་ཀྱང་ཆོག་གོ་དཀའ་བ་འདིར་ཅུང་ཟད་  
 གསལ་བར་བྱས་ཏེ་འཆད་ན། ཟུང་མེད་འདོད་ལྡན་  
 ཞིག་གང་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་ཀྱང་། དེས་དེ་དང་མི་  
 འགྲོགས་པའི་སྤྱེས་པ་ལང་ཆོ་ཅན་ཞིག་ལ་གཞན་ཞིག་  
 གིས་དེ་གཉིས་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་བསྐྱབ་བྱ་བྱས་  
 པ་ལྟར་སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་སྐྱར་བའི་ཆོག་སྟེ། ཟུང་  
 མེད་འདི་བྱོད་ལ་འཕྲད་འདོད་ཁོ་ན་སྟོབས་དང་ལྡན་  
 པས་བྱོད་ལ་དམིགས་པའམ་ཐོབ་པར་རེ་བ་དང་མ་  
 བྲལ་ཡང་། འགྲོགས་པ་མ་ཐོབ་པས་མ་ཆོགས་པའི་སྒྲིག་  
 ཉམས་གྱིས་བྱོད་མངོན་པར་འདོད་པ་དང་། བྱོད་ཉིད་  
 སེམས་པ་དང་། བྱོད་རྗེས་སུ་བྲན་པ་དང་། བྱོད་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་ཁོ་ན་སྟོབས་པའི་གནས་སྐབས་འདི་ལ་རེ་བ་

བཞིན་དུ་མ་འགོགས་ན་སྤང་ནས་ཁྱོད་ལ་ཡིད་འབྱུང་  
 བ་དང་། འདོད་པ་མ་ཐོབ་པའི་གདུང་བས་སྒྲེ་སྒྲགས་  
 འདོན་པ་དང་། སེམས་འབྲུལ་ནས་སྒྲོས་པ་དང་། རྟ་  
 དང་ཅི་ཡང་མི་དྲན་པ་བརྒྱལ་བ་ལྟ་བུས་སྒྲན་པ་དང་།  
 དེ་ལྟ་བུའི་གདུང་བས་ལྷས་རྒྱིང་གིང་རབ་དུ་གས་པའི་  
 གནས་སྐབས་དང་། དེར་ཡང་མ་ཟད་ལྷས་འཇིག་ཅིང་  
 འཆི་བར་འགྱུར་བ་ཉིད་ན་བྱད་མེད་ལ་དེ་ལྟར་གཞོད་  
 པའི་འདོད་པ་དེ་འདྲས་ཡུན་རིང་པོར་གདུང་དུ་གཞུག་  
 ནས་ཅི་བྱ། ཁྱོད་ལང་ཆོ་དར་ཞིང་བྱད་མེད་བཟང་མོ་ལ་  
 ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་འཇིགས་རྒྱས་བཞིན་དུ་འདི་ཉིད་ཡལ་  
 བར་མ་འདོར་བར་རྗེས་སུ་བརྩེ་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་  
 པ་འདི་ལ་དགག་བྱ། ཁྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་  
 བྲལ་བ། འགོག་བྱེད་མ་བྲལ་ཅེས་པ་འདི་དང་། ཡང་  
 དགག་བྱ། རྒྱེས་པས་མི་འགོགས་པ། འགོག་བྱེད་གདུང་  
 བའི་རིམ་པ་དེ་དག་གིས་བྱད་མེད་འཆི་བར་བསྟན་

བས་འགོག་རྒྱན་དང་། འུད་ཆེ་ཞིང་བརྗོད་ཚུལ་མཚར་  
 ཉམས་ཆེ་བས་ཕུལ་བྱུང་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །འཆད་ཚུལ་འདི་  
 ལས་གཞན་རིན་སྤངས་ས་སྦྱོད་དབང་པོས། འདོད་ལྡན་  
 གྱི་རྒྱན་པོ་ཞིག་གིས་བྱད་མེད་ལ་སྦྱས་པའི་ཆོག་དུ་བྱས་  
 ནས། བདག་ལང་ཆོ་རིམ་གྱིས་ཡོལ་བས་རྒྱན་པོར་གྱུར་  
 མོད་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་དམིགས་པའི་རེ་བ་དང་མ་བུལ་བས་  
 སོགས་དང་། རྒྱས་ཀྱང་ད་དུང་ཅེ་དགའི་ཆེད་དུ་བྱད་  
 མེད་ལ་འཇོགས་རྒྱས་ཅི་ལྟར་མེན་ཏེ་ངེས་པར་རྒྱས་  
 སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་བཀྲལ་བ་ནི་མ་དགོངས་པའི་འོལ་  
 ཆོད་ཀྱི་བཤད་པ་ཁོ་ནར་ཟད་ལ། འགྲེལ་བ་གཞན་མང་  
 པོར་ཡང་སྐབས་འདིར་སྤྲ་མའི་སྦྱོར་སྦྱོས་བྲག་ཆའི་ངང་  
 ཚུལ་ཁོ་ནར་ཟད་དོ། །

གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་  
 བོ། རྒྱ་དཔེར།

ནི་གྲི་བྱ་ནི་ཏེ་ཀུ་རྩི། །

བྲ་ལ་པ་ལྷ་མ་ཤོ་གྲི་རྒྱ། །

ཏ་ཅ་རྒྱ་ཏ་ཅ་རྒྱ་ནགྲི་ལྷ། །

ན་ལི་ལོ་ན་ལི་ལོ་རྩྭ་ལྷོ། །

ཞེས་པའི་རྒྱ་པ་གསུམ་པར་ཏ་ཅ་རྒྱ་ཏ་ཅ་རྒྱ་ཞེས་པ་  
དང་། བཞི་པར་ན་ལི་ལོ་ན་ལི་ལོ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་མ་

ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུད་དུ།

ཡལ་འདབ་གསར་པས་མངོས་པ་ནི།

སྟོན་པས་དྲངས་པའི་གཞོན་ཅུ་རྩ་མས། །

པརྒྱར་མངོན་སྟོགས་བྱང་བ་ཡིས། །

མིག་ནས་བབྱང་སྟེ་འགྲུགས་པར་བྱེད། །

འདིར་བཅོམ་བྱ་གཞིན་རྒྱ་ལང་ཚོ་ལ་བབ་ཅིང་ཡུལ་གྱི་  
 མཛེས་པའི་ལྷན་མོ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཚོགས་  
 འགའ་ཞིག་དབྱར་གྱི་ནགས་སྒྲིང་གི་མཛེས་པ་རྒྱས་པ་  
 དང་། བད་ཚལ་བྱང་བ་ཅན་ལྟ་བུའི་ཕྱིར་རྒྱ་བ་ཉིད་  
 བཅོམ་བྱ་ཡིན་ལ། བཅོམ་ཚུལ་དབྱིད་ཀ་ཡལ་འདབ་  
 གསར་པས་མཛེས་པའི་སྒྲོན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་རྣམས་  
 གྱི་མཛེས་པས་མིག་ནས་བབྱང་བ་སྟེ། མིག་ཤེས་དེའི་  
 ཡུལ་ལ་རྣམ་པར་དྲངས་ནས་ནགས་སྒྲིང་། དེར་ཡང་  
 མ་ཟད་བྱང་བ་དང་ལྷན་པའི་མེ་ཏྲོག་པར་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་མིག་ནས་བབྱང་སྟེ་ལྟ་བུའི་སྐལ་བཟང་ལ་སྦྱོད་པའི་  
 ཕྱིར་ཚལ་དེར་འགྲུགས་པར་བྱེད་དོ། །སྐྱ་ཞིག་འགྲུགས་  
 ན་རྒྱང་པ་བཞི་དབུས་སྐྱ་གཞིན་རྒྱ་རྣམས་ཞེས་རིགས་  
 གྱི་སྒྲིས་གསལ་བར་བྱས་པ་རྣམས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་  
 རིགས་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་དོ། །



གསུམ་པ་གསུམ་ལ་ཡོད་པ་ལས། ཀླང་པ་སྤྲ་མ་གསུམ་གྱི་

ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མེ་ཤ་དུ་མེ་ཤ་དུ་མཉྱ། །

སྤྲ་ར་སེ་སྤྲ་ར་སེ་ཇ་ལེ། །

ཀྱ་ཅ་ཏེ་ཀྱ་ཅ་ཏེ་ནེ་ཡི། །

ཏྲི་སྤྲ་སྤྲ་མཉྱ་ཀྱ་མེ་ཤྲི། །

ཞེས་པའི་ཀླང་པ་དང་པོར། མེ་ཤ་དུ་མེ་ཤ་དུ་ཞེས་པ་  
དང་གཉིས་པར་སྤྲ་ར་སེ་སྤྲ་ར་སེ་དང་། གསུམ་པར་ཀྱ་  
ཅ་ཏེ་ཀྱ་ཅ་ཏེ་ཞེས་པ་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་མ་ཆོད་པ་  
ཡོད་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

མྱོས་པའི་བཞད་ནི་རབ་འཇུག་པ། །

རྫོང་གི་ཁུ་ལ་དཀར་བ་ཡི། །

ངང་མོ་འདི་ཡི་ཅ་ཅོ་ཡིས། །

བདག་ནི་མཐར་བྱེད་ཟས་སུ་བྱེད། །

དགའ་བས་ཀྱན་ཏུ་ཚྱུས་པའི་བཞད་ཅེས་བྱ་བའི་བྱའི་

བྱེད་པར་འཇུག་འོས་པའི་རྫོང་གི་ཆུ་དྲངས་པ་ལ་

གནས་པ་ཀྱན་ནས་དཀར་བའི་ངང་མོ་འདི་ཅ་ཅོའི་སྒྲ་

སྟན་པས་འདོད་པའི་གདུང་བ་བསྐྱངས་ཏེ་བྲལ་བས་

ཉེན་པ་བདག་ནི་མཐར་བྱེད་གཤེན་རྫོང་ཟས་སུ་བྱེད་

དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ཆུ་དང་ཕུལ་བྱེད་གི་རྒྱན་ནོ། །

རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཉིས་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་

ནི། ཆུ་དཔེར།

མི་ཁྲ་མི་ཁྲ་མན་མེ་ཏི། །

མ་ད་ནི་མ་ད་ནུ་ནུ། །

ས་ཏེ་རྩ་ཀ་ལ་ཡུ་པོ་རྒྱ། །

མ་ལ་ཡཱ་མ་ལ་ཡཱ་ནི་ལག།

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་དང་པོར་སྤེལ་པ་མེད་པའི་རྒྱང་པ་  
དང་། གཉིས་པར་མ་དཔྱད་ཅི་མ་དཔྱད་ཅི་ཞེས་པ་དང་། བཞི་  
པར་མ་ལ་ཡཱ་མ་ལ་ཡཱ་ཞེས་པའི་དང་པོའི་རྒྱང་ལྷན་བར་

མ་ཆོད་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱལ་དུ།

དྲི་བལ་ལྷ་བའི་ཆ་དག་དང་།

ལྷན་ཅིག་མ་ལ་ཡཱ་ཡི་རྒྱང་།

བདག་དགའ་མེ་བྱེད་འདོད་པ་ནི།

མེ་བཟད་དུག་གི་རྗེས་སུ་འགྲོ།

དྲི་མ་དང་བལ་བ་ལྷ་བའི་ཆ་བཅུ་དུག་ཅི་རིགས་པ་དང་  
ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པའི་མ་ལ་ཡཱ་ཡི་རྒྱང་འདིས་བལ་བས་  
ཉན་པ་བདག་དགའ་བར་མེ་བྱེད་དེ་འདོད་པའི་གདུང་  
བས་སྟོག་འཕྲོག་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མེ་བཟད་པའི་དུག་

གི་རྩེས་སུ་འགོ་བ་སྟེ་འདྲའོ། །ཞེས་པ་འདི་ལ་སྟན་ཅིག་  
བརྗོད་པ་དང་འགོག་རྒྱན་དང་གཟུགས་ཅན་དང་དཔེ་  
དང་ཕུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་རྣམས་ཡོད་དོ། །

རྟེན་པ་དང་པོ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི།  
རྒྱ་དཔེར།

སྟེ་ནི་སྟེ་སྟེ་ནི་སྟེ་ཕུ་སྟེ། །

ནི་འཁྱར་ཏུ་མ་ནས་མེ། །

ཏུ་རི་སྟེ་ཏུ་རི་སྟེ་ཤམ། །

ཏ་ཏུ་ཏུ་ཏ་ཏུ་ཏུ་ཡ་ཏེ། །

ཞེས་པའི་རྟེན་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་སྟེ་ནི་སྟེ་སྟེ་ནི་སྟེ་  
དང་། གསུམ་པར་ཏུ་རི་སྟེ་ཏུ་རི་སྟེ་དང་། བཞི་པར་ཏ་  
ཏུ་ཏུ་ཏ་ཏུ་ཏུ་ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ཕྱན་བར་མ་ཆོད་  
ཡོད་པའོ། །ཐོད་རྟེན་དུ།

བདག་བསྟེན་མི་འདོད་ཁེངས་པ་ཅན།

དོ་ཤལ་དང་ལྡན་འཕྲིག་བྱེད་མ།

ལུས་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་དོང་པ་ཉིད།

ཕ་གུར་བདག་འགྲོགས་བདེ་རྒྱས་མཛོད།

ཅས་པ་འདི་ནི་བྱད་མེད་མཛེས་མ་རྒྱན་གོས་བཟང་  
པོས་སྒྲས་པ་ཞིག་ལ་སེམས་ཤིན་ཏུ་ཆགས་ཀྱང་། བྱད་  
མེད་དེ་ཁེངས་པའི་དབང་གིས་གྲོགས་སུ་མ་ཐོབ་པའི་  
སྦྱེས་པ་ཞིག་གིས་ལུས་མེད་གཞན་འཕྱལ་གྱི་དབང་པོ་  
ལ་འདོད་གསོལ་ཏུ་སྒྲས་པའི་ཆོག་ལྟར་ཏུ་སྒྱུར་བ་སྟེ། དེ་  
ཡང་གྱེ་ལུས་མེད་འདོད་པའི་སྟ་ཞེས་བོད་ནས་འདོད་  
ལྡན་བདག་བསྟེན་པར་མི་འདོད་པའི་ཁེངས་པ་ཅན་  
རིན་པོ་ཆེ་མུ་ཏིག་ལ་སོགས་པའི་དོ་ཤལ་དང་མིག་གི་  
ལྷུང་ལ་གདོང་གི་པར་འཇུག་པའི་ཀྱ་མུད་དང་ལྡན་པས་

འདོད་ལྷ་ཁྱོད་ཀྱིས་མདའ་ཚོགས་ཀྱིས་གང་བའི་དོང་པ་  
ཉིད་དུ་གྱུར་པ་མཛོད་མ་འདི་ཉིད་གྲོགས་སུ་མ་ཐོབ་  
པའི་གདུང་བས་ལྷས་རྒྱད་པ་སྟེ་ཕྱ་བར་གྱུར་པ། བདག་  
གི་ལྷས་འདི་དང་ལྷན་ཅིག་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པའི་བདེ་  
བས་ལྷས་རྒྱས་པར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་བདག་ཉིད་གདུང་  
བའི་རྒྱ་ཁེངས་ལྷན་མའི་ཁེངས་པ་འདི་འདོད་པའི་ལྷ་  
ཁྱོད་ཀྱིས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བསལ་ནས་བདག་ལ་ཀྱན་  
དགའི་རྒྱར་འགྱུར་བར་མཛོད་ཅེས་དོན་དུ་གཉེར་བ་  
འདི་གཟུགས་ཅན་དང་ཤེས་བཟོད་ལ་སོགས་པའི་རྒྱན་  
ནོ།།

ཕྱི་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཇ་ཡ་ཏཱ་ཏཱ་ཆུ་ཁེན་སྒྲ། །

ན་ཀ་ཐོ་ན་ཀ་ཐོ་ཇི་ཏྟ། །

ཀ་མ་ལྟོ་ཀ་མ་ལྟོ་གྲུབ། །

ད་ལི་མདྲ་ལི་མདྲི་ཡེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་པར་ན་ཀ་མྱོ་ན་ཀ་མྱོ་ཞེས་པ་  
དང་། གསུམ་པར་ཀ་མ་ལྟོ་ཀ་མ་ལྟོ་ཞེས་པ་དང་། བཞི་  
པར་ད་ལི་མདྲ་ད་ལི་མདྲ་ཅེས་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་  
མ་ཆོད་པ་ཡོད་པའོ། །བོད་རྒྱུ་དུ།

བྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་བདག་ལས་རྒྱལ། །

ཆུ་ཡི་རྒྱན་གྱུར་བྱང་བ་ཅན། །

འདབ་ལྷན་པར་གཏམ་མེད་ལས། །

ཅི་ལྟར་མི་རྒྱལ་བདག་དགའ་མ། །

བྱོད་ཀྱི་གདོང་གིས་བདག་གཏམ་སྤྲོ་བ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་  
ཞིང་དབང་དུ་བྱས་པ་འདི་ལྟར་ཆུ་འི་རྒྱན་ཅན་དུ་གྱུར་

པ་བྱང་བ་གཡོ་བ་ཅན་འདབ་མ་དང་ལྡན་པའི་མེ་ཏྲོག་  
པར་གཏམ་སྒྲ་བ་མེད་པ་བཅས་པའི་དངོས་པོ་ལས་ཅིའི་  
ཕྱིར་མེ་རྒྱལ་ཏེ་རྒྱལ་བ་ཁོ་ནའོ། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་བདག་གི་  
དགའ་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པའོ། །

རྐང་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ར་མ་རྩེ་ར་མ་རྩེ་ཡུ་མེ། །

བྷ་ཏ་ལྷ་བྷ་ཏ་ལྷ་བྷ་ཏ། །

ལྷ་ཏ་རྩེ་ལྷ་ཏ་རྩེ་བྷ་ཏ། །

སྣོ་ར་བྷ་སྣོ་ར་བྷ་སྣ་དྲོ། །

ཞེས་པའི་རྐང་པ་དང་པོ་ལ་ར་མ་རྩེ་ར་མ་རྩེ་དང་།  
གཉིས་པར་བྷ་ཏ་ལྷ་བྷ་ཏ་ལྷ་དང་། གསུམ་པར་ལྷ་ཏ་རྩེ་  
ལྷ་ཏ་རྩེ་དང་། བཞི་པར་སྣོ་ར་བྷ་སྣོ་ར་བྷ་ཞེས་པའི་ཐོག་  
མའི་བྱང་ལྡན་མ་ཆོད་པ་རྐང་པ་བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པ་སྟེ།



དཔེར་བརྗོད་ཕྱི་མ་འདི་གསུམ་ཅུང་ཟད་བྱ་དགའ་

བའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་གྱུར་པའི། །

ཁྱ་ལྟ་མོ་བཞིན་ཕྱ་ཁ་ལ། །

དགའ་དམར་གོས་ཅན་ངྷི་བཟང་གནས། །

བདག་གི་དགའ་མ་དགའ་བར་བྱ། །

ཐུན་མཚམས་སུ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་དམར་བ་གྱུར་པའི་  
རྒྱུ་ཕྱོགས་ཁྱ་ལྟ་མོ་བཞིན་དུའམ། ཡང་ན་ཤིང་ཕྱ་ཁ་ལ་  
ཉི་མུ་ལྟར་དུ་གྲགས་པའི་ལྗོན་ཤིང་གི་མེ་ཉོག་ལྟར་ཨ་  
རུ་ཏ་ནི་དགའ་དམར་རམ་དམར་སྐྱ་ལ་འཇུག་པས་དེ་  
འདྲའི་གོས་འཆང་བ་ཅན། ཁ་དང་ལྷས་ལས་ལྷུང་ལ་  
དང་ག་ཕུར་སོགས་ཀྱི་ངྷི་བཟང་པོ་འཕྲལ་དུ་བྱས་པའམ།  
ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ལྷང་བའི་གནས་གཞིར་གྱུར་པ་བདག་

གི་དགའ་མ་འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡིད་དུ་འོང་བས་ཀྱན་  
དགའ་བར་བྱེད་པའི་ཞེས་པའི་དོན་ཏོ། །འདིར་ཐུན་  
མཚམས་ཀྱི་དུས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱོགས་ནི་གོས་དམར་པོ་གྱོན་  
པའི་དགའ་མ་དེ་ཡིད་དུ་འོང་བའི་དཔེ་དང་། ཤིང་ཕྱ་  
ཁ་ལ་ནི་གོས་ཉིད་ཀྱི་ཁ་དོག་གི་དཔེར་བཞོན་པའོ། །

ཕྱ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱང་པའི་ཐོག་མ་ཡི། །

བྱང་ཕྱན་བར་ཆོད་མེད་རྣམ་ཏྟི། །

དེ་ལྟར་བཤད་པའི་རྣམ་པས་རྒྱང་པའི་ཐོག་མ་ན་ཡོད་

པའི་བྱང་ཕྱན་བར་མ་ཆོད་ཀྱི་རྣམ་ཏྟི་ཉི་རྣམ་པར་

དབྱེ་བ་བསྐྱུ་བའོ། །

བར་དུ་ཆོད་པའི་བྱང་ཕྱན།

གཉིས་པ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ་དྲུག། བཤད་པར་དམ་  
བཅའ། ཀླང་པ་གཉིས་ལ་ཡོད་པ། གསུམ་ལ་ཡོད་པ།  
བཞི་ལ་ཡོད་པ། བཞི་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ། རོན་བསྐྱ་  
བའོ། །དང་པོ་བཤད་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི།

ད་ནི་བར་དུ་ཆོད་པ་ཡི། །

ནམ་རྟོག་འགའ་ཡང་བསྟན་པར་བྱ། །

ད་ནི་ཞེས་པ་སྐབས་སུ་བབས་པའི་ཆོག་སྟེ་ཡི་གའི་  
ཆོགས་པ་བསྐྱར་བའི་བྱང་ལྡན་སྡེ་མ་དང་བྱི་མ་གཉིས་  
ཀྱི་བར་དུ་མིང་ཆོག་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་ཆོད་པའི་བྱང་  
ལྡན་གྱི་ནམ་རྟོག་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་འདྲིར་ཅུང་ཟད་  
བསྟན་ཅིང་དཔེར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཀླང་པ་གཉིས་ལ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མ་རྒྱ་རེ་ཤ་ངོ་གྲི་ལྷ་ནི། །

མ་རྩུ་རེ་ཁ་སུ་གཞི་ན། །

ས་ཏ་ཀཱ་རོ་རྒྱ་མེ་ནི་ལ། །

ཤུ་ཤེ་ཁྱི་ཀ་རེ་ཕུ་ཏི། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་ཐོག་མར་མ་རྩུ་རེ་ཁ་ཞེས་པ་  
དང་། གཉིས་པའི་དང་པོར་ཡང་མ་རྩུ་རེ་ཁ་ཞེས་བསྐོར་  
བའི་བྱང་ཆུ་བྱེ་འདི་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་གཞན་མང་  
པོས་ཆོད་པའི་བྱེ་ཆོད་པའི་བྱང་ཆུ་ཞེས་བྱ་སྟེ་  
གཞན་འོག་མ་རྩུ་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་བོད་

སྐད་དུ།

ས་ཏ་ཀཱ་ར་ལས་འབྱུངས་ཉིད། །

ཡིད་འོང་དྲི་བཟང་ཆུན་པ་ཡིས། །

དབྱིད་ཀྱི་ཨེ་ཁའི་མིག་ཅན་གྱི། །

ཁེངས་པ་སྐྱེ་ཡི་ལྷག་མར་བྱེད། །

ཚུ་ཏའི་ཤིང་ལས་འབྱུངས་པ་དེའི་ཟུ་གུ་ཡིད་དུ་འོང་  
ཞིང་དྲི་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པས་དབྱིད་དུས་རི་དྲགས་  
ཨེ་ཏའི་མིག་ཅན་གྱི་བྱད་མེད་རྣམས་མཇེའ་བོ་ལ་མི་  
འདུད་པའི་ཁེངས་པ་སྐྱེའི་ལྷག་མ་ཅམ་ལས་མེད་པར་  
བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དངོས་མེད་གྱི་འབྲས་བུ་ཅན་  
གྱི་དངོས་པོའི་རྒྱ་རྒྱན་ནོ། །

རྒྱུ་པ་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

ཀའོ་ཏི་ཏུ་ཕོ་རྩ་ལྷ་ལྷ།

ཏུ་ཕོ་ཏུ་ཏུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།

ཀའོ་ཏི་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།

ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ།

ཞེས་པའི་རྒྱལ་པ་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མ་ཀ་རོ་  
ཏི་རོ་ཏི་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་པའོ། །བོད་  
སྐད་དུ།

དགའ་བའི་ལག་པ་ཤིན་ཏུ་དམར། །

རྒྱད་མངས་ལ་བསྐྱེན་ནམ་འབྲུལ་ལ། །

ཕྱག་དོག་ལྷན་ནམ་མཇེའ་བོ་ལའང་། །

ན་བའི་ལྷུང་ལ་གྲིས་སྐྱེན་བྱེད། །

དགའ་མ་ནམས་ཀྱི་ལག་པའི་མཐེལ་དཀར་ལ་ཤིན་ཏུ་  
དམར་མདངས་ཆགས་པའི་སོར་མོས་རྒྱད་མངས་ལ་  
རེག་ཅིང་བསྐྱེན་པའི་ནམ་འབྲུལ་ལ་ཕྱག་དོག་པའི་ངང་  
ཚུལ་དང་ལྷན་པ་ནི་མེན་ནམ་ཞེས་སམ། ཡང་ན་ཕྱག་  
དོག་དང་ལྷན་པ་བཞིན་རང་གི་མཇེའ་བོ་ལ་ཡང་ན་  
རྒྱན་ལྷུང་ལ་གྲིས་བསྐྱེན་ཅིང་ཆགས་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་

ཕའི་ལག་པ་ཤིན་ཏུ་དམར་བའི་སྐད་དོད་ཨ་ཏི་ཏུ་ཐོ་  
 ཞེས་རྒྱ་དཔེར་འབྱུང་བས་སྐབས་འདིར་ཤིན་ཏུ་དམར་  
 ཞེས་ཕའི་འགྱུར་རྙིང་པ་ཉིད་མི་འཐད་པ་མེད་ལ།  
 དཔེར་བརྗོད་འདི་ཉིད་དཔང་ལ་ཆེན་པོས་དཔེ་རྒྱན་  
 ཡིན་ཅེས་གསུངས་ཀྱང་། ཀྱང་པ་གསུམ་ཕའི་མཐའི་བླ་  
 ཞེས་པ། བོད་སྐད་ལ་ཡིན་ནམ་མིན་ནམ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་  
 གྲི་བའི་སྒྲ་ལ་འཇུག་ཅིང་། དེ་ཡང་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་  
 ཉིད་ཡིན། ཡང་ན་རབ་རྟོག་གསལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བཞིན་  
 ཅེས་པར་བསྐྱུར་བ་གང་རུང་འཐད་པས་རྒྱན་འདི་ཡང་  
 རབ་རྟོག་གི་རྒྱན་ཡིན་པར་དངོས་སུ་གསལ། འོན་ཀྱང་  
 རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ན་ནི་རྒྱན་ངོས་འཛིན་གྱི་བཤད་ཕའི་  
 རིགས་འདི་མེད་པས་འདིར་ཡང་གསལ་ཀ་མི་སྤང་ངོ་། །

དང་པོ་དང་བཞི་ཕའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ས་ཀ་ལྷ་པོ་ལྷ་ས་ན་ཡུ། །

ཀ་ལྷ་པིལྷ་ཏ་ཅུ་ཅི་ཉ་ཏེ།

མེ་སྤྲེ་ལྷེ་ནཱ་ཏེ་ཏུ་སྤྲེ་ཏེ།

ས་ཀ་ལྷ་པོ་མེསུལྷ་ཏེ།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ས་ཀ་  
ལྷ་པོ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་ཚད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱུ་

ད།

རྒྱུ་ལོས་གར་བསྐྱར་སྤོན་གྱི་ཕྱེང་།

མཐའ་དགའ་ལྷ་ལྷེ་འཕྱར་བར་བྱེད།

དེ་རྗེས་མཇུག་མར་རབ་བསྐྱར་བའི།

མཇུག་སྤོན་ལྷན་པ་གར་དག་བྱེད།

རྒྱུ་ལོས་བསྐྱར་པས་གཡོ་ཞིང་གར་བསྐྱར་བའི་སྤོན་གྱི་  
ཕྱེང་བ་དེས་ཕྱོགས་མཐའ་དག་བྱེད་པའི་ལྷ་ཆར་གྱི་



ཟེག་མ་རྣམ་པར་འཕྱར་ཞིང་དེའི་རྗེས་སུ་མཇུག་མའི་  
 སྒོ་ཚོགས་རབ་ཏུ་བསྐྱང་བའི་མཇུག་སྒོ་ལྷན་པ་ཆ་བྱ་  
 རྣམས་དགའ་བས་གར་དག་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའི་དཔེར་  
 བརྗོད་རྒྱུ་ལ་བཞི་པ་འདིའི་རྒྱ་དཔེ་ལ་ཀ་ལྷ་པ་ཞེས་པ་  
 གསུམ་ཙམ་བྱུང་ཡང་བྱུང་ལྷན་དངོས། དང་པོ་དང་  
 བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཡོད་པ་ས་ཀ་ལྷ་པོ་ཟེར་བ་འདི་ཡིན།  
 འདིར་རྒྱ་དཔེ་རྒྱུ་ལ་དང་པོ་ཉིད་བོད་སྐད་རྒྱུ་ལ་  
 བཞི་པ་དང་། རྒྱ་དཔེར་རྒྱུ་ལ་བཞི་པ་བོད་སྐད་རྒྱུ་ལ་  
 པ་གཉིས་པར་གྱུར་པའི་གོ་རིམ་མི་མཐུན་པ་ལས། རྒྱ་  
 སྐད་རྒྱུ་ལ་དང་པོའི་ས་བཅས་པ། ཀ་ལྷ་པ་ཆ་བསགས་  
 ཉི་མཇུག་སྒོ་ལྷན་པ་དང་། རྒྱ་དཔེའི་རྒྱུ་ལ་བཞི་པའི་  
 ས་ཀ་ལ་མཐའ་དག་ཨེད་ཀྱི་མེ་མཆོད་ཉི་རྣམ་པར་  
 འཕྱར་བར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་དཔེར་རྒྱུ་ལ་གཉིས་པའི་  
 ཐོག་མར། ཀ་ལྷ་པོ་རྩ་ཞེས་པ། བོད་སྐད་མཇུག་མ་རབ་

བསྐྱང་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ཡིན་པའང་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ་

རྒྱུན་འདི་ནི་བྱ་བ་བརྗོད་པ་རིགས་ཀྱི་རྒྱུན་ནོ།

གཉིས་པ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་

དཔེར།

སྤྲེལ་མེ་མེ་ག་ལྷ་རྒྱ་ན། །

ག་ལི་གྲུ་མི་ནི་ཏེ་མ་ནམ། །

ག་ལི་གྲུ་མ་ཐ་ནི་པ་སྤྲེལ། །

དིལ་གྲུ་ལྷ་སྤྲེལ་ཤེ་དི་སྤྲེལ། །

ཞེས་པའི་སྐད་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་ག་ལི་གྲུ་

ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་

སྐད་དུ།

འདོད་ལྷན་མ་དག་ཁྱོད་ཀྱི་ཡིད། །

ཁེངས་ཚུད་རང་ཉིད་ཉམས་གྱུར་ཏེ། །

ནི་སྤྲིའི་ཀ་ལི་ཀ་མཐོང་ན། །

གནས་སྐབས་ཅི་ལ་རེག་འགྱུར་རམ། །

ཀྱེ་འདོད་ལྡན་མ་དག་སྤྱོད་ཀྱི་ཡིད་ཁེངས་པའི་དབང་  
གིས་བདག་པོ་དང་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་ལ་ལོངས་མི་  
སྤྱོད་པར་ཚུད་ཅིང་འཐབ་པ་འདི་ནི་ད་ལྟ་ཡང་རང་  
ཉིད་འདོད་པས་གཟེར་བས་ཉམས་པའི་གྱུར་འགྱུར་བ་  
འདི་ལྟ་ན། སྐད་ནས་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་ཤིང་ནི་སྤྲི་སྟེ་  
ཆོགས་ཅན་གྱི་མེ་ཏོག་ཁ་འབྲས་པ་མཐོང་ན་གནས་  
སྐབས་ཅི་ལྟ་བུ་ལ་རེག་པར་འགྱུར་རམ། ཞེས་ཐེ་ཆོམ་པ་  
སྐད་དུ་བརྗོད་པའི་དགོངས་པ་དེའི་ཆོ་ན་མི་བཟོད་  
པའི་ཆགས་པ་སྐྱེ་བས་ཤིན་དུ་འདོད་པའི་དབང་དུ་  
འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྲགས་ལས་སྟོན་པ་སྟེ་ཐེ་ཆོམ་མམ་ལུལ་  
བྱང་གི་གྱུན་ནོ། །འདིར་ཁེངས་ཚུད་ཅིས་པ་བྱད་མེད་

སྐྱེས་པ་ལ་ཆགས་ཀྱང་ནམ་པ་འགྲོག་མི་འདོད་པའི་  
ཚུལ་གྱིས་ཁེངས་པ་དང་། རྒྱ་དེས་སྐྱེས་པ་ལ་འཐབ་ཅིང་  
འཛིངས་པའི་བུད་མེད་ཀྱི་སྐྱེ་ཐབས་ཞིག་ལ་འཇུག་གོ།  
གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷ་རུ་ལྷ་གྲི་ཏ་ཤེ་ལ་སྟ། །

ཅ་རྒྱ་ཀུན་སྤྱོད་མི་མྱ། །

འྱི་ཏུ་ཏེཏ་ལ་སལྷ་རུ། །

ཅ་རྒྱ་ཀུན་ཤེ་ལྷ་མ་ལེ། །

ཞེས་པའི་རྟང་པ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པར་ཅ་རྒྱ་ཀུན་  
ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་

སྐད་དུ།

ཅེ་དགའི་རི་དང་ཟླ་འོད་ཀྱི། །

ཐང་འདི་ལ་ནི་འཛེགས་གྱུར་ན། །

མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་བར་མཛེས་པའི། །

གཙུག་ཕུད་ཅན་འདི་གར་བྱེད་དོ། །

ཅེ་དགའི་རི་སྟེ་ཆ་བྱ་གནས་པའི་ནགས་སམ་ཡང་ན་  
མཚན་མོ་ཟླ་འོད་ཀྱིས་བྱབ་པའི་ས་གཞིའི་ཐང་འདི་ལ་  
འཛེགས་ནས་མདོངས་མཐའ་མཆོག་ཏུ་བྱ་བྱ་ཤིང་  
མཛེས་པའི་གཙུག་ཕུད་ཅན་ཆ་བྱ་འདི་རྣམས་གར་བྱེད་  
དོ་ཞེས་པ་སྟེ། འདིའི་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཟུར། ཅེ་  
དགའི་རི་ཡི་ཟླ་ཤེལ་གྱི། ཞེས་བསྐྱུར་བ་གཞུང་གི་གོ་  
དོན་དང་མི་འགྲིག་ཅིང་། ཀུན་ཞེས་པ་ཤེལ་དང་འོད་  
གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་ལས། འདིར་འོད་ལ་འཇུག་པ་  
སྐབས་དོན་ཡིན་པས་འགྱུར་བཅོས་པ་ཡིན་ལ། རྒྱན་  
འདི་ཡང་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་ཁོ་ན་ཡིན། རྒྱ་  
ཆའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཟེར་བ་ལ་རྒྱ་མཚན་གཞན་མེད་ཅེ་

དགའི་རི་ཡི་ལྷ་ཤེལ་ཞེས་པ་ལ་བསམ་པར་འདུག་ཀྱང་  
མི་འཐད་པ་སྤར་བཅོལ་བྱེད། གཞན་ཅེ་དགའི་རི་ཡི་ལྷ་  
ཤེལ་གྱི་ཐང་ཞེས་པ་དང་། ཅེ་དགའི་རི་ལ་ལྷ་ཤེལ་གྱི་  
ཐང་བེར་བ་སོགས་སུ་བསྒྱུར་ན་གོ་དོན་མི་སྟོན་ཅིང་  
རང་བཞིན་བཅོལ་པ་ཡང་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ།

རྒྱུ་པ་བྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷ་རྒྱུ་པ་རྒྱ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ།

རྒྱ་ལ་ཏེ་ཏེ་ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་ལྷ།

ལྷ་རྒྱ་ཏེ་ཏེ་རྒྱ་ལྷ་ལྷ།

ལྷ་རྒྱ་ཏེ་ཏེ་པ་རི་སྤྱི་ལྷ།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་བྱི་མ་གཉིས་ལ་བ་རྒྱ་ཏེ་ཞེས་པའི་ཐོག་  
མའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། ཐོད་རྒྱུ་ལྷ།

གང་ཞིག་སྐྱུལ་མཆོག་སྟེང་གནས་ཤིང་། །

ཕག་པས་བབྱང་བའི་ས་འདི་ནི། །

རྒྱལ་པོའི་ཆོག་ས་ལས་རབ་སྤངས་ནས། །

ད་ལྟ་སྟོང་གི་ལག་པས་བབྱང་། །

གང་ཞིག་སྐྱུལ་ལམ་སྐྱུ་མཆོག་སྟེང་མ་ཅན་གྱི་གདེངས་  
ཀའི་སྟེང་ན་གནས་ཤིང་། ཕག་པོའི་གཟུགས་འཛིན་  
པའི་བྱ་བ་འཇུག་གི་མཆེ་བས་བབྱང་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོ་ལས་སྤངས་བའི་ས་གནི་འདི་རྒྱལ་པོའི་ཆོག་ས་ལས་  
རྒྱལ་བར་བྱས་ཤིང་སྤངས་ནས་དུས་ད་ལྟ་བཙོང་པར་  
འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟོང་གི་ལག་པས་བབྱང་ངོ་། །ཞེས་  
པ་སྟོང་གཅིག་ཕུ་ས་གནི་ཆེན་པོ་འདི་བདག་པོའི་ཞེས་  
པའི་དོན་ཏེ། བར་གྱི་གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་ཁམས་གྱི་





བསྐྱུན་པའི་བྲག་ནི་རབ་ཟག་པ། །

ཐུན་མཚམས་དག་གི་སྤྱོན་བཞིན་མཛེས། །

གཡུལ་དུ་དབྱའི་སྤང་པོ་ཆེ་རྣམས་ལ་དཔའ་བོ་བྱོད་ཀྱི་  
ལག་པ་མཐར་བྱེད་གཤིན་རྗེའི་ཤུགས་ཀྱིས་བསྐྱུན་པས་  
བྲག་གི་རྒྱན་ཟག་པ་ནི་ཐུན་མཚམས་དག་གིས་དམར་  
བའི་སྤྱོན་དུ་མཛེས་སོ་ཞེས་པ་གཟུགས་ཅན་དང་དཔའི་  
རྒྱན་ནོ། །

དང་པོ་དང་བྱེ་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

པ་རྒྱ་ག་ཏ་རྩ་རྒྱ་རྩོ་མ། །

སྤྱ་ཏིང་དུ་སྤྱ་སྤྱ་ཏི་ཕུ་སྤྱ་མ།

པ་རྒྱ་ག་ཏ་མི་སྤྱ་ཀླ་པི། །

པ་རྩ་ག་ཏ་ཏ་མཐུ་རྩ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ལ་པ་རྩ་ག་  
ཏ་ཞེས་པ་ཐོག་མའི་རྩུང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་

སྐད་དུ།

སྤྱང་གིས་རི་ཡི་ཤིང་ཕྱེང་བཞིན། །

གཞན་གྱི་སྤྱི་ཞི་དཔའ་བོས་བཅོམ། །

མཐའ་ནི་ག་ཤིང་སོང་བ་བཞིན། །

རྩལ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ཁྱབ་པར་གྱུར། །

སྤྱང་དྲག་པོ་རྣམས་གྱིས་རི་ལ་ཡོད་པའི་སྤྱི་ཤིང་གི་  
ཕྱེང་བ་བཅོམ་པ་བཞིན་དུ་གཞན་སྤྱི་དག་བོའི་དམག་  
དཔུང་རྣམས་དཔའ་བོ་སྤྱི་ཁྱོད་གྱི་དམག་དཔུང་བྱ་ཆུང་  
གི་ཆོགས་རྣམས་གྱི་བཅོམ་ཞིང་། མཐའ་ནི་རྩལ་  
འཁྱབས་དང་ལྷན་ཅིག་ག་ཤིང་དེ་མི་སྤྱང་བ་སོང་བ་

བཞིན་ནོ། །ཞེས་པ་དཔེ་དང་ཕུལ་བྱང་དང་རབ་རྟོག་གི་  
རྒྱན་རྣམས་སུ་འདི་ལ་འགྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་  
སྤང་ཡང་རྒྱ་འགྲེལ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་ཡིན། འདིར་  
རྟེན་པ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་ལ་ཡོད་པ་  
ཞིག་དཔེར་མ་བཟོད་པར་སྤང་ངོ་། །

ཕྱི་མ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྤ་དུ་མོ་སྟ་ག་སྟུན་མི་རྩེ། །

ས་དྲ་ན་མ་སྟ་ན་ཅུ་ཏིམ། །

ས་དྲ་ན་མ་ཀྱ་ལ་རྟུན་སྟེ། །

ས་དྲ་ན་མ་ར་དེ་རྟེ་དྲ། །

ཞེས་པའི་རྟེན་པ་ཕྱི་མ་གསུམ་ལ་ས་དྲ་ན་བ་ཞེས་པའི་  
ཐོག་མའི་བྱང་ཕྱན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་རྟེན་དུ།

ལེགས་ལྡན་ཆུ་འཛིན་གསར་པའི་འོད། །

སྟ་མེན་དག་གི་རིགས་ཉམས་བྱེད། །

ཆང་ལྡན་སྤང་པོ་མཆོག་བཅོམ་པ། །

བྱབ་འཇུག་དེས་བྱིད་རྟག་ཏུ་སྤངས། །

ལེགས་ལྡན་ནམ་བཅོམ་ལྡན་ནམ་སྐལ་ལྡན་ཏེ་ཆུ་འཛིན་  
གསར་པའི་འོད་སྤྲོ་སངས་སམ་ནག་པོའི་ཁ་དོག་དང་  
ལྡན་པ་ནི་བྱབ་འཇུག་གོ་དེས་སྟ་མ་ཡིན་གྱི་རིགས་  
ཉམས་པར་བྱེད་ཅིང་། སྟ་མེན་གྱི་གཡུ་ལ་ན་ཡོད་པའི་  
སྤང་པོའི་མཆོག་ཚུས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་པོ་དེས་  
བྱིད་ལ་སྤངས་ཤིག་ཅེས་པ་སྟེ། འདིའི་ཆུ་སྐད་འབྲུགས་  
ཐབས་སུ་གནས་པས་རྟོགས་དཀའ་བ་ཅུང་ཟད་འཆད་  
ན། ཀླང་པ་གཉིས་པའི་ས་དུ་རྟག་ཏུ། ཀླང་པ་དང་པོའི་  
པ་ཏུ་སྤངས་ཤིག་སྟེ་ཞེས་པ་བྱིད། བེའུ་རྩེ་བྱབ་འཇུག།

ཀླང་པ་གསུམ་པའི་མགོར་ཡོད་པའི་ས་ནི་དེས་ཞེས་པ་  
 རྟེ། དེ་ནམས་ཀྱིས་བོད་སྐད་ཀླང་པ་བཞི་པ་གྲུབ། ཡང་  
 རྒྱ་དཔེ་ཀླང་པ་གཉིས་པའི་ན་མ་སྒྲུབ་ཅུ་ཉིམ། ཞེས་པ་  
 བོད་སྐད་དུ་ཆུ་འཛིན་གསར་པའི་འོད་ཅེས་པ་དང་།  
 ཡང་རྒྱ་དཔེ་ཀླང་པ་གསུམ་པའི་ད་ན་མ་ཀྱ་ལ་རྩྱེ་  
 ཞེས་པ་སྟ་མེན་དག་གི་རིགས་ཉམས་བྱེད་དང་། ཡང་རྒྱ་  
 དཔེ་ཀླང་པ་བཞི་པའི་དུ་ན་ཆང་། ས་ལྷན་པ། ལྷར་དུ་  
 སྒྲང་པོ་མཆོག། དུ་བཅོམ་པ། ལྷ་ག་སྒྲན་སྒྲར་བཅོད་བེན་  
 པ་ལྷར་རོ། །གཞན་བོད་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་ན་བཤད་པ་  
 ལྷར་སྟའི་གཡུལ་དུ་ཡོད་པའི་སྒྲང་པོ་མཆོག་གིས་སྟ་  
 མེན་བཅོམ་ཞེས་འཆད་པ་གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་  
 དགོངས་པ་མེན་ནོ། །འདི་ནི་རྩེ་སྒྲང་བཅོད་བར་གྱི་གསལ་  
 བྱེད་དང་ཤེས་པའི་རྒྱན་འདྲེས་པའོ། །  
 བཞི་པ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མར་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཀ་མ་ལེསྟེ་མ་གེ་ཤརྟེ། །

ཀ་མ་ལེརྟུ་ཀ་རྩྭ་ཁྱེ། །

ཀ་མ་ལེ་བྱི་ཀ་རྩྭ་ཁྱེ། །

ཀ་མ་ལེ་ལྷ་རྩྭ་ཁྱེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀ་ལ་ཀ་མ་ལེ་ཞེས་པ་ཐོག་མའི་

བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་སྐད་དུ།

བྱོད་ཀྱི་མགོ་སྐྱ་བྱང་བ་འདྲ། །

གདོང་ནི་པརྟར་ཐུག་དོག་བྱེད། །

དཔལ་གྱིས་བཞིན་དུ་རབ་ཚྱུས་པ། །

བྱོད་ཀྱིས་སུ་ཞིག་ཅི་མི་བྱེད། །

བརྗོད་པར་འདོད་པའི་མཛེས་མ་བྱོད་ཀྱི་མགོ་བོའི་སྐྱ་

ནི་བྱང་བའི་ཁ་དོག་འདྲ་བར་ནག་ཅིང་། གདོང་པ་ནི་

བསྐྱ་གཞིན་རྒྱུ་ཕྱག་དོག་བྱེད་ལ། དེས་ན་ཇི་ལྟར་སྟོ་མོ་  
 དཔལ་མོས་རང་ཉིད་མཐོང་བའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་  
 གཟུགས་མཆོག་གི་མཛེས་པས་ཡིད་བྱངས་ཏེ་འདོད་  
 བས་སྐྱོས་པར་བྱས་ནས། དེ་ཐམས་ཅད་འདོད་ལྡན་གྱི་  
 གྲངས་སུ་བགྲང་ཞིང་ཅི་འོས་པར་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་  
 གཟུགས་མཆོག་མ་ཁྱོད་ཀྱི་མཛེས་པ་འདིས་ཀྱང་ཁྱོད་  
 ཉིད་མཐོང་བའི་སྐྱེ་བོ་ཐམས་ཅད་འདོད་པས་སྐྱོས་ཏེ་  
 འདོད་ལྡན་གྱི་གྲངས་སུ་འཛོག་ཅིང་བགྲངས་དགོས་  
 པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་དཔེ་དང་རྒྱུའི་རྒྱན་མོ། །  
 ལྷ་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་ལ་ཆ་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷ་དྲུ་ར་མ་ཏ་མ་རྩེ་ཏ། །

ལྷ་དྲུ་ར་མ་ཏི་བྱུ་ཏ་རྩེ། །

མ་ད་བྱུ་མ་རྩེ་ཤེ་ཀཱཱ། །

མ་ད་སྟེ་ཇ་སྟེ་རྣམ་ལྟ་།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གཉིས་ལ་མུ་ད་ར་མ་ཏ་ཞེས་  
པ་དང་། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་དག་ལ་མ་དུ་སྟེ་ཞེས་པ་  
ཐོག་མའི་བྱང་ལྡན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་སྐད་དུ།

རྒྱ་ཆེན་རིན་ཆེན་རྒྱན་དང་ལྡན། །

རྒྱགས་པས་མིག་འཁོར་ཇ་སྟེ་ན། །

རྒྱུང་བ་མིན་པས་མཇེའ་བོ་ནི། །

དགའ་བ་ལྡན་པ་བྱ་བར་བཟོད། །

རྒྱ་ཆེ་བའི་རིན་པོ་ཆའི་རྒྱན་སྒྲ་ཚོགས་དང་ལྡན་ཅིང་  
ལང་ཚོས་རྒྱགས་པ་དང་། སྤང་ཅི་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་  
པས་ཀྱང་སྟོས་ཏེ། མིག་ཁོར་ཁོར་དུ་འཕྱལ་ཞིང་ཇ་སྟེ་ན་  
སྟེ་སྟེད་པའི་མདུན་སྟོམ་རྒྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་རྒྱས་པའི་  
མཇེས་མ་འདི་རྣམས་ཀྱིས་མཇེའ་བོ་དགའ་བའི་བྱང་



ཕར་མཚལ་དང་ལྷན་པ་བྱ་བར་བཟོད་པ་སྟེ་རྣམ་  
 སོ། །ཞེས་པ་འདི་རྒྱུ་རྒྱུ་ལོ། །སྐབས་འདི་དང་སྐར་  
 འཆད་འབྱུང་། ཀུན་ཏུ་སྒྲུལ་དང་། ཇ་སྟ་ན་དག་སྟོན་པ་  
 དེས། ཞེས་པའི་སྐབས་གཉིས་ཀར་བོད་འབྲེལ་རྣམས་སུ་  
 ཇ་སྟ་ན་ཞེས་པ་ཚང་ར་ཡིན་པར་བཀལ་ཡང་། བེ་ཏ་སྟ་  
 ཚང་ར་དང་། ཇ་སྟ་ན་བུད་མེད་ཀྱི་སྐྱེད་པའི་མདུན་  
 སྟོན་ལ་འཇུག་པ་ཡོངས་གྲགས་ཏེ། འདོད་འཛོར་ཡང་།  
 བུད་མེད་ཚང་ར་བེ་ཏ་སྟ། ཞེས་དང་། བུད་མེད་ཀྱི་སྟ་  
 ཟུར་ཀྱི་རྒྱབ་ཀྱི་ཆ་ནི། བེ་ཏ་སྟ་སྟེ་འཕོངས་སོ། །ཞེས་དང་།  
 ཡང་བུད་མེད་ཀྱི་སྟ་ཟུར་ཀྱི་མདུན་ཀྱི་ཆ་ལ་ཇ་སྟ་ན་སྟེ་  
 བསྐྱུན་གནས་སོ། །ཞེས་པའི་དབྱེ་བ་གསལ་བར་བཤད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

དང་པོ་དང་གསུམ་པ་འདྲ་ཞིང་། གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་  
 འདྲ་བའི་ཐོག་མའི་ཚད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཡུ་དེ་ཏི་ར་རྩ་ཕུར་རྒྱ།

མ་རུ་ཏི་མེ་ཏི་ཏི་མ་ན།

ཡུ་དེ་ཏི་ར་ཕི་ཏི་རྩ་ཏི།

མ་རུ་ཏི་ར་ཕི་དགྱེ་ཧེ།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་མི་མཉམ་པ་དག་ལ་ཡུ་དེ་ཏི་ར་ཞེས་

པ་དང་། མཉམ་པ་དག་ལ་མ་རུ་ཏི་ཞེས་པའི་ཐོག་མའི་

བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་སྐད་དུ།

གཞན་གསེས་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱགས་པ་དང་།

ཁྱོད་ཀྱིས་བརྗོད་པའི་སྐད་དང་ནི།

སྟོ་ཡི་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུ་གིས་ཀྱང་།

བདག་ཡིད་ཕྱོགས་སོ་སོ་ཉ་མ།

གྱེ་ཕོ་ཉ་མོ་ཞེས་བོད་དེ་གཞན་གསེས་ཁུ་བྱུག་རྣམས་གྱི་  
སྒྲ་བསྒྲགས་པ་དང་། བྱོད་གྱིས་འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་  
ལ་མགྲོན་དུ་གཉེར་བའི་བཟོད་དག་གི་སྒྲ་གདངས་ཤིན་  
དུ་འཇམ་པ་དང་། དེ་དག་དུ་མ་བཟད་སྟོ་སྟོགས་མ་ལ་  
ཡའི་རྒྱང་གིས་ཀྱང་སྤེད་ལྡན་བདག་གི་ཡིད་འཕྲོག་སྟེ་  
འདོད་པ་དང་ལྡན་པར་བྱས་སོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་རང་  
བཞིན་བཟོད་དང་རྒྱ་དང་བར་གྱི་གསལ་བྱེད་གྱི་རྒྱན་  
རྣམས་སོ། །

ཐོག་མཐའ་གཉིས་འདྲ། བར་མ་གཉིས་འདྲ་བའི་ཐོག་  
མའི་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།  
ལུ་རྩ་ཇི་ཏ་ཏི་ཡོ་ཡུ་རྣ། །  
ཏ་རུ་མ་རྩ་ས་ཏི་སྟེ་ཡམ། །  
ཏ་རུ་མ་རྩ་ཁྲ་རམས་ད། །

སུ་རྩ་ཇི་ཏ་སུ་ཁེར་ལམ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་དག་ལ་ཏ་རྩ་  
མཚུ་ཞེས་པ་དང་། དང་པོ་དང་བཞི་པ་དག་ལ་སུ་རྩ་ཇི་  
ཏ་ཞེས་པ་ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་

སྐད་དུ།

སྐད་པ་ཕྱ་ཞིང་རྩལ་བཅག་པས། །

གདོང་གི་ལྷ་བ་རབ་མཛེས་པ། །

བྱད་མེད་ཆང་གིས་ངོ་ཆ་བཙམ། །

སྐྱེས་པའི་ལྷས་ལ་འཛེགས་པར་བྱེད། །

སྐད་པ་ཕྱ་ཞིང་ལྷེམ་ལ་ཆགས་པའི་གདུང་བས་རྩལ་  
བའི་ཚུ་བཅག་པས་གདོང་གི་ལྷ་བ་ཡང་ཡང་བཀྲུས་ནས་  
རབ་ཏུ་མཛེས་པ་ཅན་གྱི་བྱད་མེད་གཞོན་རྩལ་ཆང་  
གིས་སྐྱེས་པས་ངོ་ཆ་བཙམ་ནས་སྐྱེས་པ་ལང་ཆ་ཅན་

རྣམས་ཀྱི་ལྷ་ལ་འཛེགས་ཤིང་འཁྱུང་པ་དང་འཛིངས་  
ཤིང་ཕྱི་བ་སོགས་བག་ཚ་བ་མེད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་  
རང་བཞིན་བརྗོད་དང་གཟུགས་ཅན་དང་བར་གྱི་  
གསལ་བྱེད་དང་རྒྱ་རྒྱ་རྣམས་འདྲེས་པའོ། །

རྒྱལ་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་བར་ཆོད་བྱང་ལྡན་གྱི།

རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་ཡང་བསྟན། །

དེ་ལྟར་བཤད་ཟེན་པའི་རྣམ་པས་བར་ཏུ་ཆོད་པའི་བྱང་  
ལྡན་རྒྱང་པའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པའི་རབ་ཏུ་དབྱེ་བ་འདི་  
ཡང་བསྟན་ཅིང་དཔེར་བརྗོད་དེ། ཡང་གི་སྒྲ་ནི་བར་མ་  
ཆོད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཁོ་ནར་མ་བཟད་ཅེས་པའོ། །

ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན།

གསུམ་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན་པ་ལ། དམ་  
བཅའ་བ། དཔེར་བཅོལ་པ། ཐོག་མའི་བྱང་ལྷན་གྱི་  
མཇུག་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་དམ་བཅའ་བ་ནི།

བར་ཆོད་མ་ཆོད་བདག་ཉིད་གྱི།

རྣམ་རྟོག་ཀྱང་ཡོད་འདི་ལྷ་སྟེ།

སྤར་བཤད་ཟིན་པའི་བྱང་ལྷན་མ་ཆོད་པ་དང་ཆོད་པ་  
འབའ་ཞིག་པ་དེ་དག་ཏུ་མ་ཟད་གྱི་བར་དུ་ཆོད་པ་ཡང་  
ཡིན་ལ་མ་ཆོད་པ་ཡང་ཡིན་པ་སྤར་གྱི་གཉིས་པོ་དེ་  
བསྐྱེས་པའི་བདག་ཉིད་བྱང་ལྷན་གྱི་རྣམ་རྟོག་སྟེ། དབྱེ་  
བ་ཡང་ཡོད་པ་དེ་དཔེར་བཅོལ་ན་འདི་ལྷ་སྟེ་ཞེས་  
པའོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལས། ཀླང་པ་སྤྲུལ་མ་གཉིས་  
འདྲ། བྱི་མ་གཉིས་འདྲ་བ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

སྤྲུལ་ལྷ་སྤྲུལ་ལྷ་བ་ཀ་ལེ་གྲ། །

སྤྲུལ་ལྷ་སྤྲུལ་ལྷ་ན་སྤྲུལ་ལྷ་ཏུ། །

རྒྱ་སྤྲུལ་རྒྱ་སྤྲུལ་ན་སྤྲུལ་ལྷ་ལྷ། །

རྒྱ་སྤྲུལ་རྒྱ་སྤྲུལ་གི་རྒྱ་ར་པུ། །

ཞེས་པའི་ཀླང་པ་སྤྲུལ་མ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོར་སྤྲུལ་ལྷ་སྤྲུལ་  
ཞེས་པ་དང་། བྱི་མ་དག་ལ་རྒྱ་སྤྲུལ་རྒྱ་སྤྲུལ་ཞེས་འབྱུང་བའི་  
ཀླང་པ་རེར་བྱུང་ལྷན་ལྷན་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་  
གཞན་མེད་པས་མ་ཆོད་པ་དང་། ཀླང་པ་དང་པོའི་དང་  
གཉིས་པའི་བྱུང་ལྷན་ནས། གསུམ་པ་དང་བཞི་པའི་  
བྱུང་ལྷན་གྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་ཆོད་པའི་བྱིར་

ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྷན་ཞེས་བྱ་བ་བྱི་མ་རྣམས་  
ལ་ཡང་ཇི་སྟར་རིགས་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་བོད་  
སྐད་དུ།

ཀ་ལི་ཀཱ་འབྱང་ཡལ་ག་ཅན། །

སྤྲ་ལ་བསྟ་བར་དེ་མི་རུས། །

བ་ཀྱ་ལར་ཆགས་བྱང་བ་དང་། །

གྲོགས་མོས་པར་ཅན་ཡང་མིན། །

ཀ་ལི་ཀཱ་ནི་མེ་ཏོག་ཁ་འབྱས་པ་སྟེ། འདོད་འཛོར། ཀ་ལི་  
ཀཱ་དང་། ཀོ་ར་ཀུ་སྟེ་ཁ་མ་བྱེ་བའམ་ཁ་འབྱས་ཅམ་  
མོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་འབྱང་བའི་ཡལ་ག་ཅན་སྤྲ་  
ལ་སྟེ་སར་ར་ས་ཞེས་པ་སྟོས་དཀར་འབྱུང་བའི་ཤིང་།  
དེང་སང་ཀ་ར་ཤིང་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་ལ་ལོ་འདབ་  
དང་མེ་ཏོག་རྒྱས་པ་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་གྲོགས་མོ་དེས་



བཟླ་བར་མི་རྣམས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་བ་གྲུ་ལ་ཞེས་པའི་  
ཤིང་གི་མེ་ཏྲོག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ལ་འཁོར་ཞིང་  
ཆགས་པའི་བྱང་བ་དང་། པརྒྱ་ཅན་པརྒྱ་འབྱུང་བའི་  
གཞིའི་མཚོ་རྫོང་གི་མཛེས་པ་ཡང་བཟླ་བར་རྣམས་པ་  
མིན་ཏེ། དེ་དག་མཐོང་ན་ཡིད་འོང་གི་རྒྱ་དེས་བྲལ་  
བའི་གདུང་བ་ཆེས་ཆེར་བསྐྱངས་ཏེ་འཆི་བར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པ་ནི་དངོས་སུ་འགོག་རྒྱན་དང་  
འཕགས་ཀྱིས་ཕུལ་བྱུང་ཡང་འཕྲོན་པ་ཞིག་གོ།

སྤྱི་གཉིས་འདྲ་ཞིང་བར་མ་གཉིས་ཀྱང་འདྲ་བ་ཚོད་  
ཅིང་མ་ཚོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཀུ་ལྟོ་ཀུ་ལ་མ་རྣ་ལྟུ།

རྣ་ར་རྣ་ར་ཀ་སྒྲི་ཏྲོ།

རྣ་ར་རྣ་ར་ཐུ་ར་སི་ཏྲོ།

ཀུ་ལ་ཀུ་ལ་མ་རྟ་གླ་ནི། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་དང་པོ་དང་བཞི་པ་དག་ལ་ཀུ་ལི་ཀུ་  
ལ་ཞེས་པ་དང་། བར་པ་དག་ལ་རྟ་ར་རྟ་ར་ཞེས་པའི་  
བྱང་ལྡན་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ཡོད་ལ། བོད་རྒྱང་དུ།

སྤྱིན་ནག་ཆེན་པོ་ལྡན་པའི་དུས། །

སྤང་དང་རྒྱ་སྐར་ཀུན་མི་མཆོན། །

གསང་མཐོན་དགའ་བ་སྤྱོད་ཕྱེད་པ། །

དུས་འདྲ་སྤྱ་ཡིས་བལྟ་བར་བྱས། །

ཆར་སྤྱིན་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་དབྱར་གྱི་དུས་སྤྱ་སྤང་  
བ་དང་རྒྱ་སྐར་རྣམས་ཀུན་ནས་མི་མཆོན་ཏེ་མི་མཐོང་  
ཞིང་། གསང་མཐོན་པར་དགའ་བ་སྤྱོད་པའི་ཡིད་  
འོང་དབྱར་རྩ་དང་ལྡན་པའི་ཆར་སྤྱིན་དེ་ཤིན་ཏུ་  
བཟོན་པར་དགའ་བའི་ཕྱིར་དུས་ཏེ་གཤིན་རྗེ་དང་འདྲ་

བ་དེ་ལ་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་བྱང་མེད་སུ་ཞིག་གིས་བཟླ་  
 བར་རྒྱས། གལ་ཏེ་བཟླས་ན་བྲལ་བའི་རིམས་ཀྱིས་  
 གདུངས་ནས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་འཆི་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་པ་སྟེ།  
 དུས་ནི་ལྷས་ཅན་འཆི་བའི་གནས་སྐབས་དང་གཤིན་རྗེ་  
 གཉིས་དབྱེར་མེད་པ་ལ་དུས་ཞེས་མངོན་བརྗོད་དང་  
 བརྗོད་ཀྱི་གཞུང་ནམས་སུ་གྲགས་པ་ལྟར་འདྲིར་ཡང་  
 དུས་དེ་དང་འདྲ་བ་ལ་སུ་ཞིག་གིས་བཟླ་རྒྱས་ཞེས་པ་སྟེ།  
 དབྱར་དུས་ཀྱི་ཆར་སློན་ཡིད་དུ་འོང་བའི་སྐྱ་དང་ལྗན་  
 བ་དེ་བྲལ་བས་ཉེན་པ་ལ་དུས་ཉིད་དང་འདྲ་ཞེས་སྟོས་  
 པ་ཡིན། བོད་འགྲེལ་འགའ་ཞིག་ཏུ་དུས་འཛིན་གཤིན་  
 རྗེའི་གདོང་དང་འདྲ་བ་ཞེས་བཀྲལ་བ་ནི་གཞུང་དོན་  
 རི་བཞིན་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་དཔེའམ་གཟུགས་ཅན་  
 དང་འགོག་རྒྱན་ནམས་སོ། །

བཞི་ཀ་ལ་འདྲ་བ་ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྡན་ནི།

ཏྱ་དཔེར།

ཡཱ་མ་ཡཱ་མ་ཏྱ་ཡཱ་རྩི་ན། །

ཡཱ་མ་ཡཱ་མ་ར་ཁྱི་ནི་ཤ། །

ཡཱ་མ་ཡཱ་མ་རྩི་ཡཱ་ཏྱ་སྟེ་ཡ། །

ཡཱ་མ་ཡཱ་མ་ཐེ་ཏྱི་མ་སྟ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་བ་བཞི་ཀ་ལ་ཡཱ་མ་ཡཱ་མ་ཞེས་པ་ཚོད་

ཅིང་མ་ཚོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཡོད་པ་སྟེ། བོད་རྒྱལ་དུ།

ཐུན་གསུམ་དབང་གྱུར་རིང་བ་ཡི། །

མཚན་མོ་ཡིས་ནི་བདག་ཤི་ཅིག །

གང་ལ་བདག་སོང་སྟོག་གཟེར་འགྲོ། །

དེ་ནི་སྟོ་མེད་བདག་གིས་བཅོམ། །

སྒོ་དང་དང་གྲུང་དང་ཐོ་རངས་ཀྱི་ཐུན་གསུམ་གྱི་དབང་  
 ཏུ་གྱུར་པ་སྟེ། དེ་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་མཆན་མོ་ཆར་  
 འབབ་བཞིན་པ་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་འདིས་དགའ་མ་དང་  
 བྲལ་བ་བདག་འདོད་པའི་གཏུང་བ་མི་བཟོད་པར་བྱས་  
 པས་འཆིར་འགོ་སྟེ་སྟོག་གཏོང་ངོ་། །དེར་མ་ཟད་བདག་  
 གི་དགའ་མ་གང་ལ་བདག་སོང་བ་ཙམ་གྱིས་སྟོག་  
 གཟུར་བཞིན་པས་འཆི་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད་པའི་བཟང་མོ་  
 དེ་བྲལ་བ་ཁོ་ནས་བཙུག་ཟེན་པ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོ་སྟར་  
 མ་སྟེས་པའི་སྟོ་མེད་བདག་གིས་དེ་ཡོངས་སུ་བཏང་  
 ནས་ཡུལ་གཞན་ཏུ་འབྱམས་སོང་པ་འདི་རིམ་ལྔ་བུ་ཞིག་།  
 ཅེས་འདོད་ལྡན་བྲལ་བས་ཉེན་པ་འགའ་ཞིག་དགའ་  
 མའི་རྗེས་སུ་འགྱོད་པ་བྱེད་པའི་ཆོག་ལྟར་ཏུ་སྐྱར་བ་སྟེ།  
 བདག་ཤི་ཅིག་ཅེས་པ་བདག་འཆི་བ་འདྲ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཡིན་གྱི། ཤི་བར་གྱུར་ཅིག་པའི་དོན་ཏུ་བཀྲལ་བ་མི་  
 འཐད་དོ། །

གཉིས་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི།

ཞེས་རྒྱང་དང་པོ་བྱང་ལྡན་གྱི།

རྣམ་རྟོག་ལྷགས་ནི་འདི་འདྲ་སྟེ།

དེ་ལྟར་བརྗོད་ཟེན་པའི་རྣམ་པས་རྒྱང་པའི་དང་པོ་ན་  
ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་གྱི་རྣམ་རྟོག་སྟེ་དབྱེ་བའི་ལྷགས་ན་  
སྤུལ་ཅུ་ཅུ་གཅིག་པོ་འདི་འདྲ་བའོ། ཞེས་པའི་དོན་  
རྟོ། འདི་གཞུང་ཆོག་རྒྱང་པ་དང་པོའི་བྱང་ལྡན་  
གྱི། ཞེས་བཅས་པ་ནི་རྒྱ་དཔེར། ཨི་ཏི་ཞེས་འབྱུང་བའི་  
དོད་ཆད་པ་འགྱུར་བས་མི་ལེགས་སོ།

༢ གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན།

གཉིས་པ་གནས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བྱང་ལྡན་ལ་གཉིས།  
རྣམ་བཞག་སྒྱུར་བསྟན། བྱ་དཀའ་དཔེར་བརྗོད་  
པའོ། དང་པོ་རྣམ་བཞག་སྒྱུར་བསྟན་པ་ནི།

འདི་ལྷ་ཁོ་ན་བྱང་ལྷན་གྱི།

རྣམ་རྟོག་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱང་ངོ་།

སྤྱོད་པས་འཇིགས་ཕྱིར་དབྱེ་བ་ནི།

མཐའ་དག་བརྗོད་པར་མི་འདོད་དེ།

དེ་ལ་བྱ་དཀར་མངོན་འདོད་གང་།

འགའ་ཞིག་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ།

རྒྱང་པའི་དང་པོའི་བྱང་ལྷན་ལ་དབྱེ་ན་སྤྱོད་ཅུ་ཅུ་  
གཅིག་ཡོད་པ་འདི་ལྷ་ཁོ་ནར་བྱང་ལྷན་གཞན་བར་ན་  
ཡོད་པ་ལ་སོགས་པ་ནས་ཀྱན་ལ་ཡོད་པའི་བར་གྱི་དྲུག་  
པོའི་དབྱེ་བའི་རྣམ་རྟོག་རྣམས་ལའང་ཕལ་ཆེར་འདྲ་  
བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །འོ་ན་དེ་རྣམས་འདིར་དཔེར་མི་  
བརྗོད་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། སྤྱོད་པ་སྟེ་གཞུང་མང་བས་  
འཇིགས་པའི་ཕྱིར་བྱང་ལྷན་གྱི་དབྱེ་བ་བྱ་སྤྱོད་པ་རྒྱང་

པའི་དབྱུས་དང་མཐའ་ན་ཡོད་པ་ཀྱན་དབྱུག་པ་ཅན་  
 ཁོ་བོས་བཟོད་པར་མི་འདོད་དེ། ལྷ་ར་བསྟན་བཅོས་  
 བསྟུས་པ་བྱེད་པར་དམ་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་  
 ཟུང་ལྷན་བྱ་སྒྲ་བ་དེ་རྣམས་འདིར་བཟོད་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 རིགས་པས་རྟོགས་པར་འགྱུར་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
 བྱ་དཀའ་བ་ཡིན་པར་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་  
 མངོན་པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལས་ཟུང་ལྷན་ལ་  
 སོགས་པའི་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་འདིར་བསྟན་ཅིང་  
 དཔེར་བཟོད་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ་སྒྲོས་པས་འཇིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཟུང་ལྷན་གང་ཞིག་  
 ཀླང་པ་བཞི་ཀ་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་བྱ་དཀའ་ཞིང་། གསུམ་  
 ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་ཅུང་ཟད་བྱ་དཀའོ། །

གཉིས་པ་བྱ་དཀའ་དཔེར་བཟོད་པ་ལ་དུག། ཀླང་  
 བཞི་ལྷ་དབྱུས་ན་ཡོད་པ་དང་། མཐའ་ན་ཡོད་པ། བར་



མཐའ་གཉིས་ན་ཡོད་པ། ཐོག་བར་ན་ཡོད་པ། ཐོག་  
མཐའ་གཉིས་ན་ཡོད་པ། གནས་གསུམ་ཀ་ན་ཡོད་  
པའོ། །དང་པོ་རྒྱུ་བཞིའི་དབུས་ན་ཡོད་པ་ལ་ཡང་  
གཉིས། ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་དང་། ཆོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
རྒྱ་དཔེར།

སྤྱི་རྒྱ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྒྱ་ཡོ། །

ན་རྒྱ་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྒྱ་སྤྱི་སྤྱི། །

ཨ་སྤྱི་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྒྱ་སྤྱི། །

རྒྱ་སྤྱི་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་རྒྱ་སྤྱི། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་བཞི་པ་བཞི་ཀའི་དབུས་ན་ཡ་ཏེ་ཡ་ཏེ་ཞེས་  
ཡོད་པ་རྒྱུ་བཞི་པ་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་ལ་ཡོད་པ་དང་། སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་  
ལ་ཡོད་པའི་བར་དུ་ཡི་གེ་གཞན་གྱིས་ཆོད་ཅིང་། རྒྱུ་  
བཞི་པ་གང་རུང་རེ་ལ་ཡོད་པའི་ཡ་ཏེ་གཉིས་པའི་བར་ལ་མ་

ཆོད་པའི་བྱིར་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་བཞིན་  
དུ་བྱི་མ་རྣམས་ལའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་

དུ།

བརྟན་ལྷན་དབང་པོ་རབ་བསྐྱམས་པ། །

ཁྱོད་ནི་སྒྲིམ་བཅོམ་ལས་མི་ཉམས། །

སྐྱུ་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་བདེ་འཇིག་པར། །

མི་འགྱུར་འདི་སྟེད་ཆེད་དུའང་འགྱུར། །

ཀྱེ་སྒྲིམ་པ་བརྟན་པ་ཞེས་བོད་པ་སྟེ་བརྟན་པའི་སྐད་  
དོད་སྟེ་ར་དང་སྒྲིམ་བཅོམ་ཀྱི་སྐད་དོད་ཨ་ཡ་ཏེ་ཡིན་  
པའི་བྱི་མ་ལ་བོད་སི་བྱིན་པས་ཡ་ཏེ་ཞེས་གྲུབ་པ་ཡིན།  
དེས་ན་ཀྱེ་བརྟན་པ་ཞེས་སྟེ་ར་ལ་བོད་སི་བྱིན་པ་ལྟར་  
བསྐྱུར་བ་དང་། བརྟན་དང་ཞེས་བསྐྱུར་བ་གཉིས་ཀ་མི་  
འཐད་དོ། །དེ་ལྟར་བོས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་དབང་པོ་མིག་ལ་

སོགས་པ་དང་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ལག་པ་དང་རྒྱུ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་བསྐྱམས་ཏེ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བཀག་  
 པའི་ཕྱིར། བྱིད་ནི་སྒྲིམ་བཅོམ་ཏེ་བཅུན་ཚུགས་ལས་མི་  
 ཉམས་པར་མ་ཟད་གཞན་བསྐྱུ་བའི་སྐྱུ་མེད་པ་ཉིད་  
 གྱིས་ཀྱང་བྱིད་ཀྱི་བདེ་བ་འཇིག་ཞིང་ཉམས་པར་མི་  
 འགྱུར་ལ། སྐར་ཡང་བདེ་བ་འདི་སྟེད་གཅིག་འཕེལ་  
 བའི་ཆེད་དུ་འང་འགྱུར་བས་ཏྲག་ཏུ་རྒྱད་པ་མེད་པར་  
 སྟན་སུམ་ཚོགས་པ་ཁོ་ནར་གནས་སོ། །ཞེས་པའི་དོན་ཏེ།  
 འདི་ལ་གཞུང་ཆོག་གི་རྣམ་དབྱེ་ལྡན་པ་རྒྱ་དཔེར་གསལ་  
 བཞིན་དུ་ཕྱིར་ཞེས་བསྐྱུར་བ་མི་ལེགས་ཞེས་དཔང་ལོ་  
 ཆེན་པོས་ཇི་ཉར་གསུངས་པ་དོན་ལ་གནས་ཤིང་། འདི་  
 བྱི་སྒྲིམ་བཅོམ་འགའ་ཞིག་ལ་བྱིད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདི་  
 དང་ཕྱི་མ་སྟན་ཚོགས་མི་ཉམས་ཤིང་འཕེལ་བར་འགྱུར་  
 ཞེས་རང་བཞིན་བརྗོད་པའི་རྒྱན་གྱིས་བསྟོད་པའོ། །

གཉིས་པ་དབུས་ཀྱིས་ཚད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ས་སྤྱ་སྤྱ་རྩ་རྩ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ།

མ་ཏེ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་མ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་ཏེ་ཏེ་ཏེ།

ན་སྤྱ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་ཏེ་ཏེ།

པ་རྩ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་སྤྱ་རྩ་ཏེ་ཏེ་ཏེ།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་དབུས་ཀྱི་སྤྱ་དང་སྤྱ་ན་  
སྤྱ་རྩ་ཞེས་པ་ཡོད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཡི་གེ་  
གཞན་གྱིས་ཚད་པའི་ཕྱིར་དབུས་ཀྱིས་ཚད་པའི་བྱང་  
ལུ་ལོ། དེ་གཉིས་བོད་སྤྱ་དུ།

རྒྱལ་པོའི་མདུན་སར་ས་ཡི་སྤྱ་རྩ་སྤྱ་དག་གི་ཞལ།

ཆང་གིས་མ་བཅོམ་ལོར་གྱིས་མཛེས་པས་རབ་བསྟོད་  
པའི།

ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་རབ་གསལ་ཆགས་བདག་སྐྱེ་དགུ་ལ། །

ཡུང་པོ་ཉིད་གྱུར་སྟ་རྣམས་སུ་ནི་མི་འགོ་མིན། །

ཀྱེ་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བོས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མདུན་སར་ཚྭ་གས་  
པའི་སའི་སྟ་ནི་བྲམ་ཟེ་སྟེ། དེ་ཡང་བྲམ་ཟེ་ལ་སྟའི་མིང་  
འཇུག་པ་གང་ཞིག་ནམ་མཁར་གནས་པའི་སྟའི་འགོ་བ་  
མ་ཡིན་པས་སའི་སྟའོ། །དེ་རྣམས་ཀྱིས་གལ་ཏེ་ཆང་  
འཐུང་ན་ཞལ་སྐྱོན་ཅན་དུ་འགྱུར་བས་བཅོམ་པའི་ཕྱིར་  
བྲམ་ཟེ་ཉམས་པ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་ཆང་གིས་མ་བཅོམ་  
ཞེས་དེ་སྟ་བུའི་སྐྱོན་བཀག་པའོ། །རྒྱལ་པོས་དེ་རྣམས་ཀྱི་  
ཡིད་ཆེས་པ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཅི་འདོད་པའི་ནོར་བྱེན་  
པས་བྲམ་ཟེ་སྟུར་གྱིས་མཛེས་པ་སྟེ་རྒྱ་མཚན་དེས་དེ་  
རྣམས་རབ་ཏུ་དགའ་བས། རྒྱལ་པོས་ཡོན་ཏན་གཏོང་  
བ་དང་བདེན་པ་དང་དཔའ་བ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་སྐྱོན་  
དང་མ་འདྲེས་པ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད་ཤིང་གསལ་བར་བྱས་

བས་མི་བདག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་ཤིང་ཞེན་པའི་མངའ་  
 འབངས་སུ་གྱུར་པ་བདག་ཅག་མའི་འཇིག་རྟེན་དུ་  
 གནས་པའི་སྐྱེ་དགུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་ལམ་དུ་གྲགས་  
 པའི་གྲགས་པ་གཅིག་མ་ཡིན་པ་དུ་མ་འདས་པའི་  
 ཆོགས་ལྷུང་པོར་སྤངས་པས་སྤྱར་བུ་གང་བ་འདི་སྟེ་  
 འཇིག་རྟེན་དུ་ཡང་མི་འགོ་བ་མིན་ཏེ་དགག་པ་གཉིས་  
 ཀྱིས་རྣམ་མ་གོ་བའི་ཕྱིར་འགོ་བ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་རྒྱལ་  
 པོའི་གྲགས་པ་སྟེ་ཡུལ་དུ་བྱབ་པར་སྟོན་པའོ། །

གཉིས་པ་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཏ་བ་བྲི་ཡུ་སུ་རི་ཏུ་བྲ་མཏུ་ཡ། །

མེ་བྱ་ཁ་ཁྱེ་མི་ཏུ་བྲ་མཏུ་ཡ། །

ར་ཏོ་ཏུ་སྟེ་མོ་ད་མེ་ཤེ་ཁ་མཏུ་ཡ། །

ན་མེ་པ་ལྷ་གླི་ཅ་ན་གླི་མཏུ་ཡ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་མཐའ་ལ་མཉུ་ཡུ་ཞེས་པ་  
བྱུང་ལྷན་ཆོད་པ་གཟུགས་གཅིག་པར་ཡོད་ཅིང་། བོད་

སྐད་དུ།

དམ་པའི་སྦྱོད་ལ་བག་མེད་བྱོད་ཀྱི་དགའ་མ་གང་། །

དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་དགའ་བས་བྱུང་པར་དུ་སྦྱོས་

མ། །

དེ་ཡིས་འདིར་ནི་འོད་ལྷན་རྒྱན་རྣམས་བབྱུང་བར་

འོས། །

བདག་ལ་མཛེས་ལྷན་ཉིད་ཀྱི་འབྲས་བུ་འགའ་ཡང་

མེད། །

འདི་ནི་རྒྱལ་པོ་འམ་པལ་པ་ཞོར་ལྷན་ཡང་རུང་སྟེ་

བདག་པོ་སྦྱོས་པ་དེས་བྱུང་མེད་གཞན་ལ་བྱི་བྱས་པར་

རིག་པའི་རྒྱུ་མ་དངོས་དེས་དེ་གཉིས་ཀས་ཐོས་སར་

ཁྱོས་ཆོག་དུ་སྤྲོས་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། རྩ་བའི་རྒྱ་འགྲེལ་  
 དུ། མིག་སྟོང་ལྡན་པ་ལྟ་བུ་ཞེས་འབྱུང་བས་དབང་པོ་  
 བརྒྱ་བྱེན་གྱིས་དང་སྟོང་གི་མཆིས་འབྲང་ལ་བྱེ་བྱས་  
 རས་མིག་སྟོང་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ། དེ་ལྟ་བུའི་  
 གནས་སྐབས་ན་བརྒྱ་བྱེན་རང་གི་ཆུང་མ་བདེ་སོགས་  
 མ་ལྟ་བུས་ཚུལ་ཅན་ལ་བདེ་སོགས་མས་བཞིན་དུ་སྤྲོས་  
 པའི་ཆོག་སྟེ། གྱེ་དམ་པའི་སྟོང་པ་ལ་བག་མེད་ཅིང་སྟོང་  
 ཚུལ་ངན་པ་ཅན་ཞེས་སྟོབ་དང་བཅས་པར་བོད་པ་སྟེ།  
 སྟོང་གྱེ་དགའ་མ་གང་ཞིག་དགའ་བའི་དགའ་སྟོན་  
 འབྲིག་པའི་དགའ་བས་བྱུང་པར་དུ་སྟོས་པ་དེ་ཡིས།  
 སྐབས་འདིར་འོད་ཟེར་དང་ལྡན་པའི་རྒྱན་རིན་པོ་ཆའི་  
 སྟེ་རགས་ལ་སོགས་པ་འདི་རྣམས་བབྱུང་བར་འོས་མོད།  
 བདག་ལ་ནི་ལྷས་མཛེས་ལྡན་ཉིད་དུ་བྱས་པའི་འབྲས་  
 བྱས་དགོས་པ་འགའ་ཡང་མེད་པའི་སྤྱིར་ད་རྒྱན་མི་  
 འདོགས་ལ། གལ་ཏེ་རྒྱན་འདོགས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་



དུ་མིང་ཁྱང་ད་ནི་ཁོ་མོ་བྱོང་ལ་ཞེ་སྤང་བས་འགྲོགས་  
པའི་སྐབས་མེད་དོ། །ཞེས་པའོ།

འདིར་འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་དུ། དམ་པའི་སྤྱོད་ལམ་  
ཞེས་དང་། རྒྱ་དཔེའི་བྱང་ལྡན་ལ་ཡང་མཉུ་ཡུ་ཞེས་ར་  
མགོ་ཅན་དུ་བྲིས་པ་ནི་ཡི་གེ་འོར་བའོ། །

མཐའི་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྟ་སྟ་ངོ་སྟ་སྟ་ཐ་ན་རྩ་ན་ཏེ་ན་ཏེ། །

ར་སི་མེ་རུ་རྩེ་ཁ་ལུ་སརྩ་ཏེ་ན་ཏེ། །

ཡ་ཨེ་མ་དྲི་རྩེ་ཤི་ར་སྟ་ན་ཏེ་ན་ཏེ། །

ཅ་རརྩུ་ལི་དེ་རྩུ་ར་སེ་ན་ཏེ་ན་ཏེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་བཞི་ཀའི་མཐའ་ལ་ན་ཏེ་ན་ཏེ་ཞེས་  
བྱང་ལྡན་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ཡོད་ལ། བོད་སྐད་དུ།

མགོན་པོ་བྱོད་ལྟ་སྤྱད་པའི་རོ་ནི་མི་མཁྱེན་ཏེ། །

དམན་པ་ཉིད་དང་མཆོག་ཉིད་དག་ནི་ངེས་པར་

འགལ། །

གང་ཞིག་དམན་པ་རྣམས་ནི་བྱོད་ལ་མགོས་འདུད་

ཅིང་། །

དེ་དག་ཁོ་ན་དམན་པའི་རོ་ངེས་མཆོག་ཏུ་རྒྱ། །

ཀྱེ་མགོན་པོ་བྱོད་ལྟ་སྤྱད་གཞན་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཞིང་

དུད་པའི་རོ་ནི་མི་མཁྱེན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་མཆོག་

ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཡང་སྐྱེས་བུ་དམན་པ་དང་མཆོག་

ཉིད་དག་ནི་ངེས་པར་ཕན་ཚུན་འགལ་བའི་ཕྱིར། གང་

ཞིག་སྐལ་བ་དམན་པ་རྣམས་ནི་བྱོད་ལ་མགོ་བོས་

འདུད་ཅིང་ཕྱག་བྱེད་ལ། དེ་དག་ཁོ་ན་རྟག་ཏུ་དམན་

པའི་རོ་སྤྱད་བཞིན་པ་ངེས་མཆོག་ཏུ་ངལ་བས་རྒྱུ་ལོ། །

གསུམ་པ་བར་མཐའ་ན་ཡོད་པས་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷི་ལྷ་ལྷེ་ཏེ་ན་བྱ་ཅི་ན་ལྷི་དུ་ནོ་དི་ཏེ་ན། །

ལྷ་ལོ་གི་ཏེ་ན་ལ་ལྷ་ན་བྱ་ཅུ་ལྷ་ག་ཏེ་ན། །

ལྷ་ཇི་ལྷེ་ཏེ་ན་ཇ་ལྷ་ནེ་ན་ཅ་དྷེ་ཏེ་ན། །

ལྷ་ཏྷེ་ཏེ་ན་ག་ལི་ཏྱི་མ་མ་ལྷོ་ལྷེ་ཏེ་ན། །

ཞེས་པ་འདིར་ནི་རྒྱ་དཔེར་བཞི་ཀའི་བར་དང་མཐའ་ན་  
ཏེ་ན་ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། བོད་རྒྱ་དཔེར་

དུ།

རོལ་པའི་འཇུམ་དཀར་དང་ནི་འཇམ་པོར་སྒྲ་བ་དང་། །

ཆུང་དུའི་ལྷ་བ་དང་ནི་ལྷེ་བའི་འགོ་བ་དང་། །

ཀུན་ཏུ་སྒྲ་ལ་དང་ཇ་ལྷ་ན་དང་སྟོན་པ་དེས། །

བསྒྲུན་པ་དེས་ན་བདག་ནི་འཆོ་བས་དམན་པར་གྱུར། །

དགོང་བག་དང་བཅས་པས་རོལ་པའི་འཇུམ་དཀར་  
 དང་ངག་འཇམ་པོར་སྒྲ་བ་དང་། ཇོ་ཚས་དུད་པའི་མིག་  
 ཟུར་འདོད་པའི་ཤུགས་ཀྱིས་བསྐྱོད་པ་ཅུང་དུའི་ལྷ་བ་  
 དང་། ཟླ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དལ་བར་འགྲོ་བ་དང་། འདོད་  
 མུས་ཀྱིས་ཀུན་ཏུ་སྒྲལ་བ་དང་། ཇ་སྟ་ན་ཏེ་བུད་མེད་ཀྱི་  
 སྐྱེད་པའི་མདུན་སྒྲོམ་སྟོན་པ་སོགས་ཡིད་སྐྱབས་ཀྱི་  
 མཚན་ཆའི་རྣམ་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་པར་འདོད་  
 པའི་མཛེས་མ་དེས་བདག་ལ་བསྐྱུན་ཏེ་གནད་ཕྱག་པས།  
 ད་ནི་བདག་འཆོ་བས་དམན་པ་སྒྲིག་དང་བྲལ་བར་  
 གྱུར་ཏོ། །ཞིས་འདོད་པས་གཟེར་བ་འགའ་ཞིག་གིས་སྒྲེ་  
 སྒྲགས་བྱས་པ་སྟེ་སྒྲལ་བ་ནི་འདོད་པའི་སྐྱུ་ཐབས་སུ་  
 འབྲེལ་བ་འདོད་འཇོར་ཡང་བཤད་ལ། འདིར་ཡང་ཇ་  
 སྟ་ན་ཚང་ར་སྟོན་པར་འབྲེལ་བ་ནི་བཞད་གད་ཀྱི་  
 གནས་ཏེ་རྒྱ་མཚན་སྒྲར་བཤད་ཟེན་པ་ལྟར་རོ། །

བར་མཐའ་ན་ཡོད་པས་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

སྒྲི་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན་མ་ར་སྒྲི་སྒྲི་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན། །

སྒྲི་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན་ཏ་ཇ་གཞུ་ཐ་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན། །

སྒྲི་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན་མ་ཏ་ཡེ་སྒྲི་ཏི་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན། །

རྒྱ་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན་མ་ཏ་མ་པ་ཏི་སྒྲི་ན་སྒྲི་ན། །

ཞེས་པས་རྒྱ་དང་པ་བཞི་ཀའི་དབུས་དང་མཐའ་ན་སྒྲི་ན་  
སྒྲི་ན་ཞེས་པ་བྱང་ལྡན་གཟུགས་གཅིག་པ་ཆོད་ཅིང་མ་  
ཆོད་པ་ཡོད་དོ། །ཐོད་སྐད་དུ། རྒྱ་སྒྲི་ན་ཞེས་པའི་སྒྲི་སྒྲི་  
གྱི་དབང་གིས་འདོན་ཚུལ་ཅུང་ཟད་མི་འདྲ་བ་གཉིས་  
བྱུང་བའི་དང་པོ་ལྟར་ན།

དཔལ་ལྡན་མི་ཤོང་བཏྱན་ལྡན་གང་གིས་བདག་ཉིད་  
ནི། །

འཆི་མེད་ལམ་དང་མཉམ་པའི་ཚད་ལྡན་རབ་དུད་  
པའི། །

འགྲོ་བ་རྒྱས་བྱེད་མཚད་ལྡན་ཚད་མེད་མེད་ཅན་ནི། །

འཇལ་བྱེད་ཚད་མེད་མང་པོ་བཀོད་ལ་ཕྱག་དག་  
མཛོད། །

ཅེས་པའི་བཛོད་བྱ་དངོས་སྟེ་ཁྱབ་འཇུག་ལ་ཕྱག་མཛོད་  
ཅིག་ཟེར་བ་ལས་གཞན་མེད་ཀྱང་། བཛོད་ཚུལ་སྟེ་དེ་  
ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་རྣམ་པ་མང་པོའི་སྒྲི་ནས་བཛོད་པ་ཉི།  
དེ་ཡང་ཁྱད་པར་གྱི་ཆོས་གྲངས་ངེས་སུ་བགྲང་བའི་  
གསལ་ཁ་རྒྱ་འགྲེལ་ན་མེད་ཀྱང་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་  
ཁྱད་པར་དགུའོ་ཞེས་གསུངས་པ་དོན་གྱི་མི་འཐད་པ་  
མེད་ཅིང་། འོན་ཀྱང་སྟེ་མོ་དཔལ་མོ་དང་ལྡན་པ་ནི་  
ཁྱབ་འཇུག་གི་མཚན་གྱི་རྣམ་གྲངས་ཡང་ཡིན་པས་ཁྱད་  
ཆོས་སུ་འགྲོ་མི་འགྲོ་རྣམ་པ་གཉིས་ལས། དེ་ཉིད་བགྲང་

ན་དགུ་དང་མ་བགང་ན་བརྒྱད་ཀྱི་གངས་དང་ལྷན་  
 པའི་བྱད་པར་ཅན་ཏེ། དེ་ཡང་དཔལ་དུ་མ་དང་ལྷན་  
 པའམ་ལྷ་མོ་དཔལ་མོ་དང་ལྷན་པས་དཔལ་ལྷན་ཞེས་  
 པ་མཆན་གྱི་རྣམ་གངས་སམ་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་སོ། །ཀུན་  
 ལ་བྱབ་པས་གཞི་གཅིག་དུ་མི་ཤོང་བ་སྟེ་བྱབ་བདག་  
 གོ་ཡང་རྟག་དུ་གནས་པས་བརྟན་ལྷན་དང་། རང་  
 བཞིན་སྣ་ཆོགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་གང་གི་བདག་  
 ཉིད་དང་། འཆི་མེད་ཀྱི་ལམ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་  
 པས་ཆད་ལྷན། རབ་དུ་དུད་པའི་འགོ་བའི་ཆོགས་ཏེ་  
 གུས་པ་རྣམས་ལ་པན་འདོགས་ཤིང་དཔལ་རྒྱས་པར་  
 བྱེད་པས་རྒྱས་བྱེད། དེ་ཀུན་གྱིས་མཆོད་པས་མཆོད་  
 ལྷན། ཡོན་ཏན་གྱི་ཆད་མེད་པས་ཆད་མེད་མིང་ཅན།  
 འདིའི་གོམ་པས་ས་གསུམ་འཇལ་བས་འཇལ་བྱེད་དེ་  
 བྱད་པར་དགུ་དང་ལྷན་ཅིང་། རང་གི་ངོ་བོ་ལས་མི་  
 འདའ་ཡང་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བའི་བཀོད་པ་སྣ་ལྷན་ཏེ་

མང་པོས་སྤྱིད་པའི་བྱེད་པོར་གྱུར་པ་དེ་ལ་ཕྱག་དག་  
 མཛོད་ཅིག་ཅེས་པ་དང་། རྩོགས་ཡ་གཅིག་ལ་རྩ་མུ་ནི།  
 ཞེས་པའི། རྩ་ས་གཞི་དང་མུ་ན་འཇལ་བ་ལ་འཇུག་པས་  
 གཞུང་ཆོག་གཞན་འདྲ། ཀླང་པ་དང་པོའི་བདག་ཉིད་  
 ཅེས་པ་ཀླང་པ་བཞི་པར་སྤངས་ནས་དེའི་ཚབ་  
 ཏུ། །དཔལ་ལྷན་མི་ཤོང་ལྷགས་དང་ལྷན་པ་གང་གིས་  
 བློ། །ཞེས་དང་། ཀླང་པ་བཞི་པ། ས་འཇལ་སྤྱོད་འདོད་  
 བདག་ཉིད་དེ་ལ་ཕྱག་དག་མཛོད། །ཅེས་འདོན་དགོས་  
 པའི་བྱེད་པར་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་གསལ་བར་བཤད་ཅིང་།  
 དེ་དག་གི་དོན། རྩོས་བྱ་དམ་པ་མཆོག་གི་ལྷགས་སྤོལ་  
 དང་ལྷན་པ་གང་གིས་ནི། ཞེས་དང་། འདིས་ལྷ་མ་ཡིན་  
 རྟོགས་ལྷན་རྩུ་ཐབས་ཀྱིས་བསྐྱས་ནས་ས་འོག་ཏུ་  
 བཅིངས་པ་བཛོད་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་ཆགས་རྟོགས་ལྷན་  
 གཞུང་བར་འདོད་པས་ས་འོག་ཏུ་བཅིངས་ནས་བརྒྱན་  
 བསྐྱགས་པའི་བྱེད་པ་པོའི་བདག་ཉིད་དེ་ལ་ཕྱག་དག་



མཛོད་ཅིག་ཅེས་པའི་བར་གྱི་ཆོག་རྣམས་མི་མངོན་པར་  
བསྐྱུས་པས། ས་འཇལ་སློག་འདོད་བདག་ཉིད་ཅེས་གྲུབ་  
པའོ། །

བཞི་པ་རྒྱུ་བཞིའི་ཐོག་བར་གྱིས་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྒྲ་ར་ཡ་རྒྱ་ལྷ་ར་སྒྲ་ར་མ་ཡ་རྒྱ། །

སྒྲ་ར་རྒྱ་ཏ་ལྷ་ཏ་སྒྲ་ར་རྒྱ་རྒྱ་ཏ། །

སྒྲ་ར་སྒྲ་ལྷ་ཀྱི་ཏ་སྒྲ་ར་ས་ཀྱའྱི། །

སྒྲ་ར་སྒྲ་ཡ་ན་མ་སྒྲ་ར་མ་མེ་ཏི། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་བ་བཞི་ཀའི་ཐོག་མ་དང་བར་ན་སྒྲ་ར་  
ཞེས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ལྷན་གཟུགས་གཅིག་པ་ཆོད་པ་  
ཡོད་ཅིང་། བོད་སྐད་དུ།

བཅུད་ལ་ཞུགས་ཏེ་བྲང་གིས་དགའ་བྱེད་ཅིང་། །

སྒྲིང་པོར་གྱུར་པའི་བཅུད་མང་རབ་ཏུ་འཛིན། །

བཞད་ཀྱི་རྗེས་མཚུངས་སྒྲིལ་ལྷན་དྲིལ་ཆུང་ཅན། །

དེས་ནི་བཅུད་ལེན་སྒྲིང་པོ་མེད་པར་རིག།

བཅུད་ལ་སྒྲིལ་འབྲིག་བདེའི་རོ་སྒྲིང་བ་ལ་ཞུགས་ནས་  
འབྱུང་པ་ན་རྒྱ་མཐོང་ཁུར་གྱིས་ལོན་པའི་བྲང་གི་མཛའ་  
བོ་དེ་དགའ་བ་ལ་སྒྲིལ་བར་བྱེད་ཅིང་སྒྲིང་པོར་གྱུར་  
པའི་བཅུད་དེ་སྒྲིལ་བཀྱར་བའི་བྲང་མེད་ཀྱི་ལོན་  
ཏན་བྱུང་པར་འཕགས་པའམ། ཡུལ་དང་དབང་པོ་  
ཐམས་ཅད་ཆོམ་པར་བྱེད་རྒྱས་པའི་བདེ་བའི་བཅུད་  
མང་པོ་རབ་ཏུ་འཛིན་པ་དང་། བྱའི་བྱེ་བྲག་བཞེད་སྒྲིལ་  
སྒྲིགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཚུངས་པའི་དྲིལ་ཆུང་ལ་སོགས་  
པའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་དང་ལྷན་པའི་སྒྲིལ་རགས་ཅན་མངོན་  
པར་འདོད་པའི་བྲང་མེད་དེས་ནི་བཅུད་ལེན་མི་རྒྱས་  
པ་ལ་སོགས་པའི་བདེ་བའི་སྒྲིལ་བ་ཡང་འབྲིག་པའི་

བདེ་བ་ལ་སྟོས་ན་སྟོང་པོ་མེད་པར་རིག་པར་བྱེད་  
 རོ། །ཞེས་པའི་རྒྱ་དཔེར་རྒྱུ་པ་གཉིས་པ་འདི་ལ་རྒྱ་  
 འགྲེལ་དུ་བཤད་པ་རྩུང་ཟད་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་  
 གཉིས་བྱུང་བའི་ལྷགས་གཅིག་བཤད་ཟེན་མ་ཐག་པ་  
 ལྟར་ལ་དེའི་ཆོ། ལྷ་རུ་ཞེས་པ་བྱུང་མེད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 ནམ། ཡང་ན་འཁྲིག་པའི་བདེ་བས་དགའ་ཞིང་ཚུས་  
 པར་བྱེད་རྣམས་པའི་བརྩུད་མང་པོ་འཛིན་པའི་དོན་ཡིན།  
 འདིའི་རྒྱ་དཔེར་རྒྱ་ཏ་ལ་རུ་ཞེས་འབྱུང་བ་ནི། རྒྱ་ཏྱ་  
 དང་ལྷ་རུ་མཆོམས་སྐྱར་བའོ། །ཅིག་ཤོས་དེ་མ་ཡིན་པའི་  
 རྒྱགས་ལྟར་ན་གཞུང་གི་རྒྱ་སྐད་རྒྱུ་པ་གཉིས་པའང་།  
 ལྷ་ར་རྒྱ་ཏ་མ་རུ་སྐྱ་ར་རྣ་རྒྱ་ཏྱ། །ཞེས་འདོན་པར་རྒྱ་  
 འགྲེལ་ནས་བཤད། དེའི་ཆོ་མ་རུ་གསེར་རྒྱན། ལྷ་རྩ་  
 བརྩུད་དམ་མཆོག་ལ་འཇུག་པས། དེའི་བོད་སྐད་རྒྱུ་པ་  
 པ་གཉིས་པའང་། སྟོང་པོར་གྱུར་པའི་གསེར་རྒྱན་  
 མཆོག་འཛིན་བྱེད། །ཅིས་བསྐྲག་པར་བྱ་ཞིང་གཞན་

ཡང་མ་རུའི་སྒྲ་ཚོང་བོང་ལ་འཇུག་པའི་སྐབས་ཀྱང་  
ཡོད་མོད། །འདིར་སྐབས་དོན་མ་ཡིན་ནོ། །གསེར་རྒྱན་  
ལ་ཇི་ལྟར་འཇུག་པའང་། རྒྱ་འགྲེལ་དུ། ཟུང་མེད་འགའ་  
ཞིག་གི་མདོན་པར་འདོད་པའི་བཅུད་དུ་གྱུར་པ་སྟེ།  
གསེར་རྒྱན་མཚོག་ཅེས་པ་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་  
གསེར་གྱི་རྒྱན་ཆ་འཛིན་པར་བྱེད་པའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་  
ལྟར་རོ། །

རྒྱང་པ་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མཐའ། །གཉིས་པ་  
དང་བཞི་པའི་ཐོག་བར་གྱིས་ཚོད་ཅིང་མ་ཚོད་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

ན་ཡུ་ན་ཡུ་ལོ་ཅ་ན་ཡུ་ན་ཡུ་ན་ཡུ། །

ན་ཡུ་ན་ཡུ་རྒྱ་ན་མི་ན་ཡུ་ན་ཡུ་ཏེ། །

ན་ཡུ་ན་ཡུ་སྒྲིའི་ན་ཡུ་ན་ཡུ་ན་ཡུ། །

ན་ཡཱ་ན་ཡཱ་སྒྲུ་ན་ཡཱ་ན་ཡཱ་གི་ཏུ་ན། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོ་དང་གསུམ་པའི་ཐོག་མཐའ་  
དང་། གཉིས་པ་དང་བཞི་པའི་ཐོག་བར་དུ་ན་ཡཱ་ན་ཡཱ་  
ཞེས་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྡན་ཡོད་ཅིང་། བོད་

སྐད་དུ།

བརྟན་རྒྱས་ཚུལ་དང་ཚུལ་མེན་བརྟགས་པ་འདི་ཡིས་  
ནི། །

ཚུལ་མེད་དགེ་བའི་ཐབས་ལ་ལོངས་སྤྲོས་སྤྲོས་པར་  
བྱུང་། །

བཞོན་པས་མི་འགྲོ་རྒྱལ་བའི་ཐེག་འགྲོ་དག་གིས་གང་། །

ཚུལ་མ་ཐོབ་སྤྲོས་ཐོབ་པ་དག་ལ་བརྟན་པ་སྦྱིད། །

ཀྱེ་མངོན་པར་མཐོ་ཞིང་བརྟན་ལྡན་འཇིགས་པ་མེད་པ་  
ཞེས་བོད་ནས། ཁྱེད་ཀྱིས་ཆོས་ལོར་ཐར་པ་སྟེ་སྟེ་གསུམ་

གྱི་ཐབས་ཚུལ་གང་ཞིག་བྱ་བར་འོས་མི་འོས་བརྟགས་  
 ཤིང་དབྱུང་ནས་བྱེད་པ་འདི་ཡིས། ཐབས་དེ་ལྟ་བུའི་  
 ཚུལ་ལྟགས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མི་ཤེས་པས་སྤང་བྱ་དང་  
 སྤང་བྱ་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་མིག་ལོང་བ་རྣམས་ཐུལ་  
 ཅིག་སྟེ་སྟོང་དང་མཚུངས་པར་སྐྱབས་ཤིག་གཞན་ཡང་  
 སྟོང་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྟོབས་ལས་ཕན་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་  
 ཉོན་མོངས་པའི་བཞོན་ནས་མི་འགྲོ་བར་རྒྱལ་བའི་ཐེག་  
 པས་འགྲོ་བ། དེ་བཞིན་དུ་སྟེ་བོ་གང་ཞིག་ཐབས་དང་མི་  
 ལུན་པ་རྣམས་ཀྱང་ཚུལ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་འགོད་པའི་ཕྱིར་  
 བྱམ་པ་མི་མངའ་བར་བརྟན་པ་སྦྱེད་པར་མཛོད་ཅིག་  
 ཅེས་པའོ། །

ལྷ་པ་རྒྱང་བཞིའི་ཐོག་མཐར་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་  
 དཔེར།

ར་ཕེ་ཏ་རྟོ་མོ་རྩ་ཇ་ཕྱི་སྟེ་ར་ཕེ། །

ར་མེ་ཇི་སྐ་ཡ་ཏུ་ཏུ་ལྷ་སྤྱ་གོ་ར་མེ།

ར་མེ་རི་མོ་ག་སྤྱ་ཕུ་རོ་ཏ་རེ་ར་མེ།

ར་མེ་ཏ་ཏུ་ལྷོ་རི་ཕུ་མ་སྤྱ་གྱི་ར་མེ།

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་བཞི་ཀའི་དང་པོ་ཐ་མ་དག་ལ་རེ་མེ་  
ཞེས་པའི་བྱང་ལྷན་ཆོད་པ་ཡོད་ཅིང་། སྤྱ་མ་སྤྱ་མའི་  
མཐའ་ལ་ཡོད་པ་དང་། བྱི་མ་བྱི་མའི་དང་པོ་ན་ཡོད་པ་  
དང་། མ་ཆོད་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །བོད་སྐད་དུ།  
མཚུངས་མེད་མྱེ་བའི་མཆོན་ལྷན་གཡུལ་དུ་ས་སྤྱེས་ནི། །  
རྒྱལ་མཆོན་ལ་གནས་དཔའ་བོ་བྱ་ཡིས་སྤྱ་ཡིས་བྲོས། །  
ཉི་མ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པའི་འཕྲོག་བྱེད་འདི་མཐུན་དུ། །  
འཇིགས་རུང་གཡུལ་ལ་དག་ནི་ལྷག་དང་མཚུངས་པར་  
རིག།

མཚུངས་པ་མེད་ཅིང་སྡེ་བ་བསྒྲིག་པར་དཀའ་བའི་  
 མཚན་ཆ་དང་ལྡན་པ་ཁྱབ་འཇུག་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
 ལྷ་རྣམས་ཀྱི་གཡུལ་ངོ་འདྲིར། ལྷ་མ་ཡིན་ས་སྐྱེས་ཞེས་བྱ་  
 བ། མིང་གཞན་ན་ར་ཀམ་ཞེས་གྲགས་པ་དེ་ནི་ཁྱབ་  
 འཇུག་གི་རྒྱལ་མཚན་གྱི་རྟགས་སམ་མཚན་མར་བཀོད་  
 པ་བྱ་མཁའ་ལྗང་དཔའ་བོའི་གཟུགས་བརྟན་རྒྱང་གིས་  
 བསྐྱོད་པའི་སྐྱེས་ཀྱང་བློས་པར་གྱུར་པའམ་འདར་བར་  
 གྱུར་ན། ཉི་མ་ལྷ་བུའི་གཟེ་བཙོང་དང་གྲགས་པ་ཅན་  
 དྲག་པོའི་འཕྲོག་བྱེད་དེ་ལྷ་ཁྱབ་འཇུག་ཁྱོས་པའི་  
 འཇིགས་རུང་གི་གཡུལ་ངོ་འདྲི་གཏོང་དུ་ལྷ་མ་ཡིན་ས་  
 སྐྱེས་སམ་གཞན་ཡང་རུང་སྟེ་དག་པོ་མཐའ་དག་བཤུན་  
 པའི་མདུན་དུ་གནས་པའི་ལྷག་དང་མཚུངས་པར་རིག་  
 ཅིང་ཤེས་པར་བྱོས་ཤིག་པའི་དོན་ཏྲོ། །འདྲིར་ཡང་ཁྱབ་  
 འཇུག་རྒྱང་ལ་ཞོན་པས་མཁའ་ལྗང་རྒྱལ་མཚན་ཞེས་  
 འགྲེལ་བ་དང་། ཁང་སྟངས་གི་རྒྱལ་མཚན་ལ་གནས་པའི་



བྱ་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ་ལས་མས་ནས་དེ་བཞིན་དུ་འགྲེལ་བ་  
 སོགས་ནི་གཏན་ནས་མི་འཐད་དེ། རྒྱ་མཆན་སྐབས་  
 འདིའི་བརྗོད་བྱ་ནི་ཁྱབ་འཇུག་གི་གཡུལ་གྱི་རྒྱལ་མཆན་  
 ལ་བྱ་ཁྱུང་གི་ཏྲིག་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱིར་  
 མཁའ་མེད་རྒྱལ་མཆན་ཞེས་པ་ཁྱབ་འཇུག་གི་མིང་སྟེ།  
 དེ་གཡུལ་དུ་འཇུག་པའི་རྒྱལ་མཆན་གྱི་ཏྲིག་སྐྱེས་  
 མཆན་མ་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་། ཁྱུ་མཆོག་རྒྱལ་མཆན་  
 ཞེས་པ་དབང་ཕྱུག་གི་མིང་སྟེ། དེ་གཡུལ་དུ་འཇུག་པའི་  
 རྒྱལ་མཆན་གྱི་མཆན་མ་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དེས་ན་  
 བཞོན་པའི་ཁྱུང་ལས་མིང་དེར་གྲགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་།  
 རྒྱལ་མཆན་རྣམས་ལ་ཏྲིག་གི་ཁྱུང་པར་གྱི་གཟུགས་ཐ་  
 དད་པའང་ངེས་པར་ཡོད་དེ། སྤྱི་མཐུན་སྤྱི་མཐུན་རབས་ལས་  
 རྒྱལ་མཆན་གཏན་ལ་དབབ་པའི་སྐབས་སུ། རྒྱ་ལུང་  
 ལའི་དབྱེབས་ཅན་ཏེ། རྒྱ་སྤྱི་མཐུན་དབྱེབས་སུ་  
 བྱ། དེ་བཞིན་རི་བྱའི་དབྱེབས་སྤྱིར་ཏེ། ཞེས་སོགས་

བཤད་པ་འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར་བྲངས་བས་  
སོ། །གཞན་ཡང་འདིའི་རྒྱུ་པ་གཉིས་པར་བྱ་ཡི་སྟོ་ཡིས་  
བློས། ཞེས་དཔེ་ལར་འབྱུང་བ་ཡི་གེ་མ་དག་པར་ཤེས་  
དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ། རྒྱུ་པ་གསུམ་པར་ཉི་མ་  
བཞིན་དུ་གྲགས་པ་ཞེས་བོད་དཔེ་ལ་ལར་འབྱུང་ཡང་  
རྒྱ་དཔེར་བྲག་པོའི་རྒྱུ་དོད་རྒྱུང་བས་འདིར་བཀོད་པ་  
བཞིན་དུ་ལྟགས་སོ། །

བཞི་ཀའི་ཐོག་མཐར་མ་ཆོད་ཅིང་ཆོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མ་ཡཱ་མ་ཡཱ་ལམ་བྱ་ཀ་ལྷ་མ་ཡཱ་མ་ཡཱ། །

མ་ཡཱ་མ་ཡཱ་ཏ་བྱ་མི་རྒྱ་མ་ཡཱ་མ་ཡཱ། །

མ་ཡཱ་མ་ཡཱ་རྟོ་ནི་ཤ་ཡཱ་ཏ་མ་ཡཱ་མ་ཡཱ། །

མ་ཡཱ་མ་ཡཱ་མྱོ་ཀ་རུ་རྒྱ་མ་ཡཱ་མ་ཡཱ། །

ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་དང་པོ་དང་མཐའ་ན་མ་ཡུ་  
མ་ཡུ་ཞེས་མ་ཚད་ཅིང་ཚད་པའི་བྱང་ལྡན་གཟུགས་  
གཅིག་པ་ཡོད་དོ། །བོད་སྐད་དུ།

མཚན་མོ་ཚད་མེད་ཐུན་ལྡན་དཔལ་མེད་ཚད་མེད་  
ཅིང་། །

མཐར་ནི་བཤོད་བྱ་མེན་པས་བྱང་ནད་ལ་བརྟེན་པ། །

ཆ་ཡི་རང་བཞིན་ནད་ཅན་འབྲལ་བའི་ནད་ཀྱིས་  
གཟེར། །

སྐལ་ལྡན་མ་འདི་སྟང་རྗེའི་རང་བཞིན་འབྲལ་མེད་  
མཛོད། །

ཀྱེ་སྟང་རྗེའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གྲོགས་པོ་ཞེས་བོད་  
ནས། བྱོད་དང་ཡུན་རིང་བྲལ་བས་ཉེན་ཏེ་འདོད་པའི་  
གདུང་བ་རྩལ་པོས་གཉིད་མེད་པས་ན་ཚད་མེད་པའི་

ཐུན་དང་ཐུན་པ་སྟེ། ཐུན་ངག་མཁན་ཆེན་པོ་སྟེ་བའི་  
དབང་པོས། བདག་ནི་བག་མར་གནས་པ་ཡི། །བར་ན་  
གནས་པའི་མི་མཐུན་སྟེགས། །མཆན་མོ་འདི་ནི་ཐུན་  
བརྒྱ་དང་། །ཐུན་པ་ལྟ་བུར་ཡོངས་མི་འཇོད། །ཅིས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུ་དང་། །ལྷན་རིད་པས་ལང་ཆོའི་དཔལ་  
ཡང་མེད་པ་དང་། །བྲལ་བས་ཉེན་པའི་དུས་འདི་ལ་  
མཐའ་མེད་པ་དང་། །དེ་ལྟ་བུའི་གདུང་བ་ཉིད་དང་  
ཡུན་དུ་འགྲོགས་ན་འཆོ་བ་ཟད་ཅིང་འཆི་བར་འགྱུར་  
བས་མཐར་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་བགྲོད་བྱ་མི་སྤང་བས་དེའི་  
ཡུལ་གྱི་བདེ་བ་མི་སྤང་བ་དང་། །ཆའི་རང་བཞིན་སྟེ་  
བས་ཀྱང་གདུང་བའི་སྐལ་ཐུན་མ་སྟེ་གཟུགས་བཟང་བ་  
ཅན་གྱི་དགའ་མ་འདི་དང་ནམ་ཡང་འབྲལ་མེད་དུ་  
འགྲོགས་པར་མཇོད་ཅིག།

དུག་པ་གནས་གསུམ་ཀ་ན་ཡོད་པ་ལས། ཀྱང་པ་བཞི་  
ཀའི་གནས་གསུམ་དུ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན་  
ནི། རྒྱ་དཔེར།

མ་དྲེ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ར་མ་དྲེ་མ་ཀྱ་མ་དྲེ། །

མ་དྲེ་པ་ལྷ་གྲི་མ་དྲེ་རྒྱ་ལོ་མ་དྲེ། །

མ་དྲེ་མ་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་མ་དྲེ་མེ་ལོ་མ་དྲེ། །

མ་དྲེ་མྱ་ཏ་སྟེ་ས་མ་དྲེ་ན་སྟེ་མ་དྲེ། །

ཞེས་པ་ཀྱང་པ་བཞི་ཀའི་དང་པོ་དང་བར་དང་ཐ་མ་  
རྣམས་སུ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན་གཟུགས་གཅིག་པ་མ་དྲེ་  
ཞེས་པ་ཡོད་ཅིང་། སྟེ་མའི་མཐའ་ལ་ཡོད་པ་དང་ཕྱི་  
མའི་དང་པོ་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་ནི་སྟེར་བཤད་པ་བཞིན་  
མ་ཆོད་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །འོད་སྐད་དུ།

ངལ་མེད་ཁྱོད་ཀྱི་སྟོ་ལ་མཉམ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་ཉིད། །

མ་ཡིན་སླ་མེད་རྩེས་སུ་མི་མཐུན་འགྲོ་མ་ཡིན། །

གདུང་མེད་ཀྱིས་ཐོབ་མཆོག་གི་རྩེས་སུ་མཐུན་པ་ཉིད། །

དགའ་མེད་འདོད་མེད་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་པ་དག་ལས་

རྒྱལ། །

གཞན་དོན་ལ་ངལ་བ་མེད་པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་  
ཁྱོད་ཀྱི་སློལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་  
ཤིང་དེ་ལས་བསྐྱོད་པ་ཉིད་དུ་ནམ་ཡང་ལོག་པར་རྟོག་  
པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ལ། ཐེག་པ་སླ་ན་མེད་པ་དང་  
རྩེས་སུ་མི་མཐུན་པ་དམན་པའི་ཐེག་པར་ནམ་ཡང་  
འགྲོ་བ་མ་ཡིན་ཅིང་། དགའ་ཐུབ་ཀྱི་གདུང་བ་མེད་པར་  
མཆོག་གི་གོ་འཕང་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་པར་ཐོབ་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་དགའ་ཐུབ་ཀྱིས་གདུང་བས་དགའ་བ་མེད་  
ཅིང་གཞན་དོན་ལ་སློབ་པའི་འདོད་པ་མེད་པ་རང་དོན་  
ཞི་བདེ་ཁོ་ན་སྐྱབ་པའི་དགའ་ཐུབ་པ་རྣམས་ཀྱི་བདེ་བ་

ལས་ཀྱང་ཁྱོད་ཉིད་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་རྒྱལ་ན་གཞན་ལས་  
རྒྱལ་ལ་ལྷ་ཅི་སྒྲོས་པའི་དོན་དོ། །

རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་གནས་གསུམ་དུ་མ་ཆོད་ཅིང་ཆོད་  
པའི་བྱང་ལྡན་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་ག་ལ་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་ལྷ་ཁ་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ། །

ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་པ་ན་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་སྒྱ་ན་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ། །

ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་སི་ཏ་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་ལ་ནི་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ། །

ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་ག་ཏུ་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་ཀ་ལི་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ། །

ཞེས་པ་རྒྱུ་པ་བཞི་ཀའི་དང་པོ་དང་བར་དང་ཐ་མ་  
རྣམས་སུ་ཀླ་ལ་ཀླ་ལ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་མ་ཆོད་ཅིང་  
ཆོད་པ་ཡོད་དོ། །བོད་སྐད་དུ།

དུས་ཀྱི་དུས་ཅན་མགྲིན་ནག་སྒྲོ་ནག་ནག་པོ་ཉིད་དག་  
འཛིན། །

སྒྲོ་སྒྲོག་དག་གི་སྒྲོག་དུས་བྱང་ཚྭ་སྒྲོ་ནག་ལྷ་  
བྱར་གནག། །

དུས་ཀྱིས་མི་གཟུང་དུས་ཆའི་གཙོ་བོ་མཛེས་པའི་སྒྲོ་  
བྱི་མཚོ། །

དགའ་བས་འཚོ་བའི་གཡོ་ལྷན་ལན་བྱང་རོལ་ཅན་  
འགྲོགས་པར་མཛོད། །

དུས་ནི་གཤིན་རྗེ་སྟེ་ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤར། ཀླ་ལུག་གཤིན་རྗེ་  
དུས་དག་ལ། །ཞེས་འབྱུང་བ་ལས་འདིར་གཤིན་  
རྗེའོ། །དེ་ཡང་འབྱུང་ཞིང་སྤྱད་པར་བྱེད་པའི་དུས་ཆེན་  
པོའམ་དུས་ཅན་ནི་སྤྱད་བཅད་ཕྱག་དེའི་བྱུང་པར་མགྲིན་  
པ་ནག་པ་ནི་མགྲིན་སྒྲོ་ནག་མགྲིན་ནག་ཏུ་གྲགས་



པའི་བྱིར་དང་། སྒོ་སྟེ་བྱུ་མཆོག་གི་གདོང་དང་མཇུག་མ་  
 རྒྱག་པས་ཁ་དོག་རྒྱག་པོ་ཉིད་དག་འཛིན་པར་བྱེད་པ་  
 རི་དཔེར་ན། སྟན་སྒྲོག་དག་གི་སྒྲོག་དུས་ཏེ་མ་བྱ་དགའ་  
 བའི་སྒྲ་འབྱེན་པ་དབྱར་གྱི་དུས་སུ་མེ་ཏོག་ལ་ཡོད་པ་ལྷ་  
 ལུ་ཏེ་བྱང་བ་རྒྱག་པོའི་ཁ་དོག་ཅན་གྱི་ཆར་སྒྲིན་ཤིན་  
 ཏུ་གཞག་པའི་ཁ་དོག་ཅན་སྟ་ཆེན་པོ་དབང་ཕྱུག་ཞེས་  
 དཔེའི་བྱང་པར་སྒྲོས་ནས། དེ་དང་མཚུངས་པ་དུས་  
 གྱིས་མི་བབྱང་བ་སྟེ་གཤེན་རྩེའི་འཇིགས་པས་མི་རྩེ་  
 བར་མ་བཟང་འཆི་བའི་འཇིགས་པ་འཕྲོག་པ། དུས་ཆའི་  
 གཙོ་བོ་སྟེ་ལྷ་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ལོ་ལྷ་ཞག་དུས་གྱི་བདག་  
 པོའམ་གཙོ་བོ། གྱི་ཞེས་སྟ་བྱབ་འཇུག་ལ་བོད་ནས་  
 མཛེས་པའི་སྒྲིན་ཆོགས་རྒྱ་མཚོ་སྟ་བུའི་འབྱང་བྱངས་གྱི་  
 རྒྱང་མ་སྟ་མོ་དཔལ་མོ་དེ་ཉིད་བྱོད་དང་མ་འཕྲད་པར་  
 དུས་རིང་དུ་འདས་པས་འདོད་པའི་གདུང་བས་མནར་  
 ཞིང་བྱོད་ལ་འཕྲད་དུ་རིངས་པའི་དཀའ་བས་འཆོ་བའི་

ཡིད་གཡོ་བ་དང་ལྷན་པའི་ལན་བུའི་ཕྱིང་བ་མགོ་བོ་  
 རྒྱ་པོ་ཅན་རོལ་བ་མོ་སྟེ་དཔལ་མོ་འདི་དང་འགྲོགས་  
 པའི་བདེ་བས་རྗེས་སུ་བབྱང་བར་མཛོད་ཅིག་ཅེས་སྟེ་  
 སྤྱ་མཁན་ནམས་ཀྱིས་མ་རྩུ་བུ་སྟེ་ཁྱབ་འཇུག་ལ་བསྐྱལ་  
 བའོ། །དེས་ན་འདིར་ཁ་དོག་གནག་པ་སོགས་ཆོས་དུ་  
 མས་དཔེ་ཅན་ཁྱབ་འཇུག་དཔེ་དབང་ཕྱག་དང་འདྲ་  
 བར་འཆད་རྒྱ་ཡིན་ཀྱང་མཚུངས་པའི་སྐད་དོད་རྒྱ་  
 དཔེར་དངོས་སུ་མི་སྣང་བ་བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་  
 བསྐྱས་པ་ཡིན། བཛོད་དོན་གྱི་སྟངས་པོ་སྟེ་དབང་ཕྱག་  
 གིས་རང་གི་རྩང་མ་གྱི་རྩི་འབྲལ་བ་མེད་པར་རིམ་ལྔར་  
 བསྟེན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མ་རྩུའི་བུ་བེཾ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 དཔལ་མོ་རྗེས་སུ་བྱངས་ཤིག་པའི་དོན་དུ་རྒྱ་འབྲེལ་  
 གཉིས་ཀ་ནས་ཤིན་དུ་གསལ་བར་བཤད་པའི་དོན་དང་  
 མཐུན་པར་རྗེ་སྟེ་མས་འགྱུར་བཅོས་གནང་བའི་གཞུང་  
 ཆོག་ཉིད་འདིར་བཀོད་ཅིང་དོན་ཡང་ལེགས་པར་

བཀྲོལ་བ་ཡིན། དཔང་རྒྱུ་དུ། ལྷ་དབང་ཕྱུག་དང་ཁྱབ་  
འཇུག་གཉིས་ལ་འབོད་པ་ལྷར་བཀྲལ་བ་ནི་དཔེ་རྒྱན་  
མ་དག་པར་མངོན་ལ། གཞན་བོད་འགྲེལ་ཐམས་ཅད་  
དུ་ལྷ་དབང་ཕྱུག་ཁོ་ན་ལ་བརྗོད་པའི་དོན་འཆད་པ་ནི་  
དོན་ཇི་བཞིན་མ་གོ་བས་བཤད་པ་དཔྱིས་མ་བྱིན་པ་ཁོ་  
ནའོ། །འདིར་དཀའ་བས་འཆོ་བ་ནི་ཏ་ཀུ་ཞེས་པ་དང་།  
གཡོ་ལྷན་མ་ནི་ཀུ་ཞེས་པ་སྟེ་བྱི་མ་ལ་འཛིན་མ་ཞེས་  
བསྐྱར་ཡང་རུང་ངོ་།

༣ མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བའི་བྱང་ལྷན།

གསུམ་པ་མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བའི་བྱང་ལྷན་ནི།

རྐང་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་ཐོག་ནི། །

རབ་སྐྱར་བྱང་ལྷན་གནས་སྐབས་འདི། །

བརྗོད་པའི་ཁོངས་སུ་འདས་མོད་ཀྱང་། །

རང་དབང་ཉིད་ཀྱིས་འདིར་བཤད་དོ།

དང་པོ་དང་གཉིས་པ་དག་གི་དང་། གཉིས་པ་དང་  
 གསུམ་པ་དག་གི་དང་། གསུམ་པ་དང་བཞི་པ་དག་གི་  
 མཐའ་ཐོག་སྐྱར་བའི་བྱང་ལྡན་གྱི་གནས་སྐབས་འདི་  
 བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དཔེར་བརྗོད་ཆོག་སྐྱེ་བཅད་པ་  
 བཞི་པའོ་ནང་དུ་ར་བེ་ཞེས་པ་དང་། མ་ཡུ་ཞེས་པ་དང་།  
 མཏུ་ཞེས་པ་དང་། ཀུ་ལ་ཞེས་པའི་བྱང་ལྡན་རྒྱུ་པ་སྐྱེ་  
 མ་སྐྱེ་མའི་མཐའ་ལ་ཡོད་པ་དང་། བྱི་མ་བྱི་མའི་དང་པོ་  
 ན་ཡོད་པ་དག་མ་ཆོད་པར་གྱུར་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་ཁོངས་  
 སུ་འདུས་མོད་ཀྱང་། འདི་ཉིད་བྱང་ལྡན་གཞན་ལ་མ་  
 ལྟོས་པའི་རང་རྒྱུ་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་པའི་བྱིར་ཞར་  
 བྱང་དུ་ཐོན་པའི་བྱང་ལྡན་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་མ་  
 བསྐྱེས་པར་རང་དབང་ཉིད་ཀྱིས་ཏེ་རྒྱུ་པ་ཐ་དད་

པའི་དཔེར་བཟོད་ལྷགས་སྤྱ་སྐབས་འདིར་འཆད་པར་

བྱའོ། །དེ་ཉིད་དཔེར་བཟོད་པ་ནི་རྒྱ་དཔེར།

ཤུ་པོ་རྟ་རྩ་གྲ་བ་ལྷ་མ་དེ་ན་སྤ། །

མ་དེ་ན་སྤ་མཐུ་ར་སེ་ན་ཡོ་ཇི་རྩ། །

ན་ཡོ་ཇི་རྩ་རྩ་ན་མ་ན་རྩ་རྩ་པེ་རྩ། །

ག་རྩ་པེ་རྩ་སྤ་ཡ་མ་སྤ་ས་ནེ་ཡ་ཏེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་མཐའ་དང་གཉིས་པའི་ཐོག་

མར་མ་དེ་ན་སྤ་ཞེས་པ་དང་། གཉིས་པའི་མཐའ་དང་

གསུམ་པའི་དང་པོར་ན་ཡོ་ཇི་རྩ་ཞེས་པ་དང་། གསུམ་

པའི་མཐའ་དང་བཞི་པའི་དང་པོར་ག་རྩ་པེ་རྩ་ཞེས་པ་

བསྐྱར་བས་མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བའི་བྱང་ལྷན་མོ། །དེ་ཉིད་

བོད་སྐད་དུ།

ཚུས་པའི་ཆགས་པ་ཉེ་བར་གནས་ཀྱང་བྱད་མེད་དེས། །

བདག་ཉིད་མ་སྐྱར་བདག་ཉི་ཐྲིག་པས་ཁྱོ་བ་ཡི། །  
 རོ་དང་སྐྱར་ཏེ་ལུས་མེད་དག་གིས་གདུང་གུར་ཀྱང་། །  
 བདག་ནི་འདི་སྟེད་གདུང་བའི་སྦྲང་དུ་མ་བཟུང་དོ། །  
 བྱེས་སུ་འབྱམས་པའི་སྐྱེས་པ་ལང་ཚོ་ཅན་ཞིག་གིས་  
 སྐྱས་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟོན་ཆད་བདག་ཉིད་  
 ལང་ཚོས་སྐྱོས་པས་འབྲིག་པ་འདོད་པའི་ཆགས་པ་རྒྱད་  
 ལ་ཉི་བར་གནས་ཏེ་སྐྱོར་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 གནས་སྐབས་སུ་གུར་ཀྱང་། བུད་མེད་ཁེངས་ལྡན་མ་  
 དེས་བདག་ཉིད་ལ་མ་སྐྱར་བའི་རྒྱལ། ད་ལྟ་བདག་གི་  
 ཐྲིག་པ་སྟེ་ཡུལ་གཞན་དུ་འདི་ལྟར་འབྱམས་པའི་སྟོན་  
 གྲིས་བུད་མེད་དེ་ཉིད་བདག་ལ་ཁྱོ་བ་དང་ཟུང་ན་གྱི་རོ་  
 དང་སྐྱར་ཏེ་ལུས་མེད་གྲིས་ཡུན་རིང་པོར་གདུང་བར་  
 གུར་ཀྱང་སྐར་གྱི་འཁོན་ལན་སྒྲན་པའི་བྱིར། བདག་ནི་  
 ཡུན་རིང་པོ་འདི་སྟེད་ཅིག་ཏུ་ལུས་མེད་གྲིས་བུད་མེད་

དེ་གཏུང་པའི་ལྷ་ས་ན་སྟན་གྱི་སྦང་དུ་མ་བསྐྱད་པར་  
འབྱམས་པའོ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

༥ ཀྱན་དུ་བྱང་ལྷན།

བཞི་པ་ཀྱན་དུ་བྱང་ལྷན་ལ་གསུམ། ཀྱང་པ་བཟླས་པ།  
ཆོགས་བཅད་བཟླས་པ། བྱང་ལྷན་ཆེན་པོའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། སྒྱུར་བསྟན། སོ་སོར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཕྱེད་ཟླས་ཡང་དག་སྒྱུར་བ་ཡིན། །

འདི་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་དུ་འདོད། །

ཀྱང་པ་བཟླས་པའང་དུ་མ་ཡིན། །

བདག་ཉིད་དེ་དག་དཔེས་གསལ་བྱ། །

ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་ཕྱེད་དེ་ཀྱང་པ་གཉིས་ཡང་བརྗོད་  
ཅིང་བཟླས་པ་ནི། ཡང་དག་སྒྱུར་བ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱང་

ལྷ་མོ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལའང་ནང་གསེས་སུ་དབྱེ་ན། དང་  
 བོ་གསུམ་པར་བསྐྱས་ཤིང་། གཉིས་པ་བཞི་པར་བསྐྱས་  
 པ་དང་། སྤྲ་མ་གཉིས་བསྐྱས་ཤིང་། བྱི་མ་གཉིས་བསྐྱས་  
 པ་དང་། དང་བོ་དང་ཐ་མ་བསྐྱས་ཤིང་། བར་པ་གཉིས་  
 བསྐྱས་པ་སྟེ་གསུམ་དུ་འདོད་དོ། །གཞན་ཡང་རྒྱུ་པ་སྟེ་  
 ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གཅིག་གི་བཞི་ཆ་བསྐྱས་པའང་ཡོད་  
 ཅིང་། དེ་ཉིད་ལའང་བྱེ་བྲག་གི་དབྱེ་བ་མང་པོའི་བདག་  
 ཉིད་དུ་སྐྱུར་པ་དེ་རྣམས་འདིར་དཔེར་བརྗོད་གྱིས་  
 གསལ་བར་བྱུང་། །

གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པ་ལའང་གཉིས། ལན་ཅིག་  
 བསྐྱས་པའི་བྱེ་བྲག་ཡང་དག་སྐྱུར་བ་དང་། དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་རྒྱུ་པ་བསྐྱོར་བའོ། །དང་བོ་ལས། རྒྱུ་པ་  
 ཐོག་མ་ཉིད་གསུམ་པ་དང་། གཉིས་པ་བཞི་པར་བསྐྱས་  
 པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།



ནུ་སྤྱེ་ཡུངས་དྲུ་ཡུ་མུ་ཅུ། །

པ་ར་སྤྱེ་ཡུ་ཏུ་སྤྱེ་ན་ཡུ། །

ནུ་སྤྱེ་ཡུངས་དྲུ་ཡུ་མུ་ཅུ། །

པ་ར་སྤྱེ་ཡུ་ཏུ་སྤྱེ་ན་ཡུ། །

ཞེས་པ་འོ། །ཐོད་སྐད་དུ།

སྤྱེས་བུ་བརྟན་གང་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་ཅན། །

ཁེངས་པ་རབ་སྤངས་སྤང་བུ་དེ། །

ཁྱོད་ཀྱིས་མཆོག་དུ་འབད་པ་ཡིས། །

ཡིད་བརྟན་བུ་འོ་མི་བརྟན་མ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་སྤྱེས་བུ་སྤྱིང་སྤྱོད་པས་ཅན་ཚུ་ལ་ལྷགས་  
དང་མཐུན་པ་ཞིག་རང་གི་ཆུང་མ་ལ་འདོད་པ་དོན་དུ་  
གཉེར་ཡང་དེ་ཁེངས་པ་འོ་དབང་གིས་མི་འགྲོགས་པ་འོ་

ལུང་མེད་དེ་ལ་གཞན་ཞིག་གིས་སྤྲོས་པ་ལྟར་སྟན་ངག་  
 མཁན་གྱིས་བཀོད་པ་སྟེ། གྱེ་མི་བརྟན་མ་ཞེས་བོད་ནས།  
 ཁྱོད་གྱེ་བདག་པོ་སྤྲོས་ལུ་འདི་གཞན་གྱིས་མི་བསྐྱོད་  
 པས་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་སྟོང་སྟོབས་ཅན་  
 ཁྱོད་ལ་མི་འགྲོགས་པའི་ཁེངས་པ་རབ་ཏུ་སྤངས་པ་  
 སྟོན་ཆད་ཁྱོད་གྱིས་སྤང་བྱར་བྱས་ནས་འདོད་པའི་ཆེད་  
 ཏུ་མ་འགྲོགས་པ་དེ་ད་ནས་བརྩམ་ཁྱོད་བག་མེད་པའི་  
 ཚུལ་ལྷགས་ལས་འབད་པ་ཏུ་མས་བསྒྲུག་སྟེ་བདག་པོར་  
 གྱུར་པའི་སྤྲོས་ལུ་འདི་ལ་ཡིད་བརྟན་པར་བྱོས་ཤིག་  
 ཅས་པའི་དོན་ཏེ། འདིའི་རྒྱ་དཔེར་ན་སྟེ་ཡུལ་ཞེས་འབྱུང་  
 བ་གཞུང་ཏུ་འབད་མེད་མ་ཞེས་དང་། དཔང་རྟེན་ཏུ་གྱེ་  
 མི་གྲུས་མ། བརྟན་པ་ལྟར་ལེན་མ་ཞེས་པར་བསྐྱུར་བ་  
 གང་ལྟར་ནའང་། ལུང་མེད་དེ་ལ་འབོད་པའི་དོན་ཡོན་  
 མོད། འོན་ཀྱང་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེའི་སྐད་དོད་དང་རྒྱ་  
 འགྲེལ་གཉིས་ཀའི་འཆད་ཚུལ་བཅས་ཀྱན་དང་མཐུན་

པ་ལ་འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་མི་བརྟན་མ་ཞེས་  
བསྐྱར་ན་ལེགས་པ་བཞིན་དོ།

དང་པོ་གཉིས་པ་དང་། གསུམ་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི།  
ཏྲ་དཔེར།

ན་རྩ་རྩི་རྩ་སྐྱ་ན་ན་ཡཱ་ས་མེ་ཏྲ།

ན་རྩ་རྩི་རྩ་སྐྱ་ན་ན་ཡཱ་ས་མེ་ཏྲ།

མི་རྩ་ཤི་རྩ་མི་སྐྱ་མ་རྩ་པ་ནེན།

མི་རྩ་ཤི་རྩ་མི་སྐྱ་མ་རྩ་པ་ནེན།

ཞེས་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

ཏྲ་ཏྲ་བཏྲ་པ་ཏྲ་བཏྲ་གཟེ་བྱེན་བྱེས།

ཡང་ཡང་རབ་སྐྱར་མཛེས་པ་མེད་པ་ཡི།

མི་རྩ་ས་ཏྲ་དང་ད་ཏྲ་ཉམས་བྱས་ནས།

གཏུང་ཞིང་གྱེ་མ་བྱས་ཟོས་རྣམ་པར་བཅོམ། །

ཁྱོད་གྱེ་དཔུང་གི་བཤོད་པ་བྱབ་བདག་སྟེ་བྱབ་འཇུག་  
ཁྱོས་པ་ལྷ་བུའི་གཟེ་བྱེན་གྱི་གཞོད་པས་བསྐྱུན་ཅིང་།  
ཡང་ཡང་རབ་ཏུ་སྐྱུར་བས་མཛེས་པ་མེད་པ་ཕ་རོལ་གྱི་  
དགྲ་སྒྲེའི་མི་རྣམས་ནི་དཔའ་བའི་ཚུལ་དང་ང་རྒྱལ་  
ཉམས་པར་བྱས་ནས། མཐར་ཞིག་པ་སྟེ་ཁྱོད་གྱེས་  
གཡུལ་དུ་བསང་པའི་རོ་རྣམས་ནི་གྱེ་མ་བྱས་ཟོས་ཏེ་མི་  
སྤང་བར་གྱུར་ཏོ། །

དང་པོ་བཞི་པ་དང་། གཉིས་པ་གསུམ་པར་བཞུས་པ་ནི།  
རྒྱ་དཔེར།

ཀ་ལྷ་པི་རྒྱ་རྩ་ཏ་ཡོ་པ་ཡཱ་རྟི།

མི་རྩ་ནི་ལྷ་པོ་རྩ་གྲ་རྒྱ་ག་ལྷ་རྒྱ།

མི་རྩ་ནི་ལྷ་པོ་རྩ་གྲ་རྒྱ་ག་ལྷ་རྒྱ།

1351

པ་ནི་མི་འཐད་དེ། དེའི་སྐད་དོད་བཞུ་བྱ་ཞེས་པ་རྒྱ་  
དཔེར་གཏན་ནས་མེད་པས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རྐང་པ་བཞུས་པ་ལ་བཞི།  
ལན་ཅིག་བཞུས་པ། ལན་གཉིས་བསྐྱོར་བ། ལན་གསུམ་  
བཞུས་པ། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ལའང་རྩག་ལས།

དང་པོ་གཉིས་པར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ན་མཚུ་ཡུ་ཉ་མཇི་ཏ་མ་ན་སྐྱུ་ཡ། །

ན་མཚུ་ཡུ་ཉ་མཇི་ཏ་མ་ན་སྐྱུ་ཡ། །

ཁྱུ་ར་ཁྱུ་བླ་སྒྲི་རྩ་པ་ཡོ་རྟ་ར་དུ་ཡོ། །

མ་ཡུ་ས་མ་ལི་རྒྱ་ཏ་རྩི་མེ་ཏེ་ཤུ་རམ། །

ཞེས་པའི་རྐང་པ་བྱི་མ་གཉིས་ཅི་བདེར་བྱས་པའོ། །འོད་  
སྐད།

འཆོ་བའི་དབང་ཕྱུག་འདུད་པའི་ཡིད་ཀྱིས་ཁོ་མོ་ནི། །  
དམན་ཞིང་ཁེངས་པ་ངེས་པར་བསྐྱབ་པའི་དབང་གྱུར་  
མ། །

བརྩེ་བ་སྤངས་པས་བདག་ཉིད་བྱང་གི་འོ་མ་འཛིན། །  
གཉིས་པོ་ཉེ་བར་གཏན་ནས་ཀྱན་དུ་མ་འབྱུང་དོ། །  
ཞེས་པ་འདི་ནི་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་བྱད་མེད་འགའ་  
ཞིག་གིས། ལྷུང་རང་གི་བདག་པོས་འདོད་པ་དོན་དུ་  
གཉེར་ཞིང་འགྲོགས་པའི་སྐབས་སུ་རང་ཉིད་ཁེངས་  
པའི་རྒྱས་དེའི་འདོད་པ་དྲུང་དུ་མ་སྤངས་པ་ལ་ད་ལྟ་དེ་  
དང་བྲལ་བས་ཆགས་པས་གཟེར་ནས་ལྷུང་དེ་ལྟར་གྱུར་  
པ་ལ་འགྱུར་པའི་ཚིག་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། དེའང་བདག་པོ་  
དེ་མེད་ན་རང་ཉིད་འདོད་པའི་གདུང་བས་འཆི་བ་ལ།  
དེས་འདོད་པའི་གདུང་བ་གཞིལ་ནས་ཡུན་དུ་འཆོ་བར་

བྱེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འཆོ་བའི་དབང་ཕྱུག་གོ། དེ་ཉིད་  
 སྒར་རང་ལ་ཆགས་པའི་ཡིད་ཀྱིས་འདུད་ཅིང་བསྟེན་དུ་  
 ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་ཁོ་མོ་དམན་པ་སྟེ་སྒྲུན་པའི་ངང་  
 རྒྱལ་གྱིས་ཁེངས་པའི་དབང་དུ་གྱུར་ནས། བདག་པོ་ལ་  
 བརྟེ་བ་སྤངས་ཏེ་བྲང་ལ་ཡོད་པའི་འོ་མ་འཛིན་པ་རྒྱ་  
 མའི་ཁུར་གཉིས་པོ་ཉེ་བར་གཏད་ནས་ཀྱུན་དུ་མ་  
 འབྱུད་དོ་ཞེས་ཕྱིས་འགྱུར་པའོ། །སྒར་འདིའི་གཞུང་  
 ཆོག་རྒྱུ་པ་དང་པོ། འཆོ་བའི་དབང་ཕྱུག་འདུད་པའི་  
 བྲང་ལ་ཁོ་མོ་ནི། །ཞེས་པ་དང་། རྒྱུ་པ་གསུམ་པ། བརྟེ་  
 བ་སྤངས་པས་བདག་ཉིད་ཡིད་ཀྱིས་འོ་མ་འཛིན། །ཞེས་  
 བསྒྱུར་བའང་མི་ལེགས་པ་ཆེར་མེད་ཀྱང་། དོན་ལ་མི་  
 འགལ་ཞིང་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེ་དང་འགྲིག་པས་འདིར་  
 འགྱུར་བཅོས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱ་དཔེའི་རྒྱུ་པ་གསུམ་  
 པར་ཟུ་རུ་སི་ཞེས་པ་བྲང་ལ་སྟེ་བདུན་པའི་མཐའ་ཅན་  
 དང་། དེར་འོ་མ་འཛིན་པ་སྟེ་རྒྱ་མ་གཉིས་ཡོད་པ་དེས་



དངོས་སུ་མ་ལུང་གྱང་། རྒྱ་དཔེའི་རྒྱང་པ་གཉིས་པར་  
མ་ན་སྒྲ་ཉ་རྒྱ་ཡུ་ཞེས་བདག་ཉིད་ཡིད་གྱིས་ཉེ་རང་  
ཉིད་གྱི་ཡིད་མོས་པ་ཅམ་གྱིས་ཉེ་བར་གཏང་པའི་དོན་  
ཡིན་ནོ། །

དང་པོ་གསུམ་པར་ལན་ཅིག་བཟླས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ས་སྒྲ་སུ་རྒྱ་རྒྱ་མ་བ་ལུ་མེ་སྒྲ་ཁི་ཏུ། །

གུ་ཁེ་སྒྲ་སྒྲ་རོ་ཉི་མེ་རྒྱ་ལ་ནི་མ་ལེ། །

ས་སྒྲ་སུ་རྒྱ་རྒྱ་མ་བ་ལུ་མེ་སྒྲ་ཁི་ཏུ། །

མེ་ཏུ་ར་ཡལྱེ་ཅི་ག་སྒྲ་དེུ་རྒྱ། །

ཞེས་པ་སྟེ་གཉིས་པ་དང་བཞི་པ་ཅི་བདེར་བྱ་

པའོ། །བོད་སྐད་དུ།

སྟོན་མཁས་འདུན་ས་སྟོབས་མེད་བྱུང་བདག་གནས་པ་

ན།།

ཁྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་པད་ཅུ་ངེ་མ་མེད་པས་འཇོགས། །

དེ་ནི་འོད་འབར་གྲོང་བཟང་རྣམས་ཀྱི་ཕུན་སུམ་

ཚོགས། །

བརྒྱན་པའི་བྱད་མེད་རྣམས་དང་རྣམ་པར་ཅེ་ཞིང་

སྟོད། །

སྟོན་མཁས་ཀྱི་འདུན་ས་འཁོར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་པར་

རྒྱས་པ་ཅན་དག་པོར་གྱུར་པ་སྟོན་མ་ཡོན་སྟོབས་ཞེས་བྱ་

བ་དབང་པོས་ཚར་བཅད་ཅིང་བསང་པས་གང་དེ་ན་

མེད་ཅིང་། བྱུང་བདག་བརྒྱ་བྱེན་གནས་པའི་འདུན་ས་

དེ་ནའང་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་གྲགས་

པའི་ཡོན་ཏན་པརྒྱའི་ཅུ་བ་ལྟར་དཀར་ཞིང་ངེ་མ་མེད་

བས་འཛེགས་ཏེ་བྱབ་བོ། །སྒྲུབ་ཡང་དེ་ནི་སྟེ་རྒྱལ་པོ་  
 ཁྱོད་ནི་རིན་པོ་ཆའི་རང་བཞིན་འོད་ཟེར་འབར་བཞིན་  
 གོང་བྱེད་བཟང་པོ་རྣམས་ཀྱི་འབྱོར་པ་ལུན་སུམ་ཚྭ་གས་  
 བ་མ་ཚང་བ་མེད་པ་མངོན་པར་དར་བ་ལས་བྱུང་བའི་  
 རྒྱན་སྒྲ་ཚྭ་གས་པས་བརྒྱན་པའི་བྱུང་མེད་མཛེས་མ་  
 རྣམས་དང་དགའ་བས་ཅེ་ཞིང་སྦྱོད་དོ། །ཞེས་པའི་དོན་  
 ཏེ། འདིའི་རྒྱ་དཔེར་སྟེ་རྒྱ་ཁྱིལ་ཞེས་པའི་སྒྲ་སྒྱུར་བ་  
 ཅན་དུ་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ན། རྒྱ་གས་ཡ་  
 གཅིག་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་དཔང་རྟེན་དུ་འང་མ་  
 བྱུང་བས་བོད་འགྲེལ་གཞན་ལ་འང་མི་སྤང་མོད། དེ་རི་  
 ལྟར་བྱ་ཞེ་ན། གཞུང་ཚོག་རྒྱུང་པ་བཞི་པ་ལ་འདོན་  
 ལྷགས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་སྒྲ་རྒྱ་གས་རེ་བ་ལ་འཇུག་  
 པའི་སྐབས་སུ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་སྟེ་རྒྱ་ཁྱིལ་བརྒྱན་པ་ལ་  
 འཇུག་པའི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་དང་། དེ་  
 མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་གས་སུ་སྟེ་རྒྱ་ཁྱིལ་ལོངས་སྦྱོད་ལ་བསྒྱུར་

ནས་རྒྱང་པ་ཕྱི་མ་གཉིས། དེ་ནི་གྲོང་བྱེར་ཕུན་སུམ་  
 ཚོགས་པའི་འོད་འབར་བའི། ལོངས་སྤྱོད་ལྡན་པ་བྱད་  
 མེད་རྣམས་དང་ཅེ་ཞིང་སྤྱོད། ཅེས་འབྱུང་བའི་དོན་  
 གཞན་གོ་སྟེ། བརྒྱ་བྱེན་ལ་མཚོད་པའི་མཚོད་སྤྱོད་གྱི་  
 བྲེག་རྩེས་ལྟག་མ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་  
 པའི་འབྱོར་པའམ་ལོངས་སྤྱོད་དང་ལྡན་པ་ཞེས་སྐྱེ་  
 འབྱེལ་ནས་བཤད་དོ། འདི་ལ་སྟོབས་མེད་ཅེས་པ་བྱད་  
 མེད་ལ་འཆད་པ་དང་། ཡང་སྐྱེལ་པོའི་གྲགས་པ་སྟེ་  
 འདུན་ས་དང་། སྟོབས་མེད་དེ་སྟོ་མ་ཡིན་གྱི་ཡུལ་དུ་  
 དང་། བྱུང་བདག་སྟོ་དབང་ཕྱུག་གི་གནས་རི་བོ་གངས་  
 ལྡན་དུའང་བྱུང་བོ། ཞེས་འབྱེལ་བ་སོགས་རང་རང་གི་  
 སྟོ་ལ་གང་བདེའི་བཤད་པ་ཅུ་མ་སྟེ་ཁྱེད་ས་དང་བཅས་  
 པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

དང་པོ་བཞི་པར་བསྐྱེས་པ་ནི། སྐྱེད་པེར།



བར་སྒྲ་བ་དང་། ལྷས་ཀྱི་སྒྲིང་པ་ཕྱ་ཞིང་དུད་པ་དང་།  
 བྲང་ལ་རྩ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམ་པར་རྒྱས་པ་གཉིས་  
 ཀྱི་ཉེ་བར་མཛེས་པའི་བྱད་མེད་འདི་དག་གིས་དབང་  
 བོ་དུལ་བ་ཁྱོད་ལས་གཞན་པ་སུ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ། ཁྱོད་  
 མ་གཏོགས་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་འདོད་པའི་  
 གནས་སྐབས་ཀྱི་རིམ་པ་འདོད་པ་དང་། སེམས་པ་དང་།  
 རྗེས་སུ་དྲན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སྒྲོགས་པ་དང་། ཡིད་  
 འབྱུང་བ་དང་། སྒྲེ་ལྡགས་འདོན་པ་དང་། སྒྲུ་བ་དང་།  
 ལྷན་པ་དང་། གས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིམ་པས་བཅོམ་ནས་  
 མཐར་ལུས་འཇིག་ཅིང་འཆི་བའི་སྐབས་བརྩ་པར་བྱས་  
 སོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱུ་ཏ་ཉྟེ་འབྱུང་བོ་ལྷས་ཅན་གྱི་སྒྲིས་བྱ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནང་ནས་བྱད་མེད་ལ་ཆགས་པའི་སྒྲོན་ཐམས་  
 ཅད་ལས་གྲོལ་བའི་སྒྲིས་བྱ་དུ་ཞིག་མཆིས་པ་བགྲང་  
 བའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་མཐེའུ་ཆུང་ལ་རེག་ཅིང་། སྒྲོམ་  
 བཅོམ་ཁྱོད་ཉིད་ཁོ་ན་གངས་ཀྱི་དང་པོར་བགྲང་། དེ་

ནས་ཁྱོད་ལྟ་བུའི་ཆགས་བྲལ་གཞན་ཡང་མཛུབ་མོ་  
གཞན་ལ་རེག་ཅིང་བབྲང་བར་བརྩམ་པ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་  
ཡོན་ཏན་ཅན་ཁྱོད་ལས་གཞན་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར། དེའི་  
བྲངས་འདྲན་པ་ན་འང་མཐེན་ཆུང་ལས་ཕར་མིང་མེད་  
དུ་བྲངས་སྒྲིལ་ཏེ་ནམ་ཡང་ཉེ་བར་འགྲོ་བར་མ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཡིན་གྱི། བོད་འབྲེལ་མང་པོ་ཞིག་  
དུ་བབྲང་བུའི་མིང་ཅམ་ཡང་མེད་པའི་དོན་དུ་འབྲེལ་  
བ་ནི་དོན་ལ་ཆེར་མི་འགལ་ཡང་། རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་འཆད་  
ཚུལ་དང་མི་མཐུན་ཅིང་། གཞུང་ཆོག་ཉེ་བར་འགྲོ་མ་  
ཡིན། །ཞེས་པའང་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་གསུམ་པར་བསྐྱས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཡ་ཤུ་ཏེ་དེ་ལྟར་ར་ཇ་ལྟ་སྤེལ་གྱི། །

མི་ཏ་ནས་ཏེ་ཇོ་པ་མ་དྲི་ཤི་ཏུ་ཡུ་རྒྱ། །

མེ་ཏ་ནམ་ཏེ་རྩོ་པ་མ་དྲི་ཤི་ཏུ་ཡུ་རྒྱ།

དེ་ཉི་ཙ་ཀུའི་ཀུ་ལུ་ར་སྤེ་ནམ།

ཞེས་པ་སྟེ། དང་པོ་དང་བཞི་པ་གཉིས་ཅི་བདེར་བྱས་  
པའོ། །བོད་སྐད།

ཁྱབ་འཇུག་ལྟ་བུ་བྱོད་ཀྱི་དམག་དཔུང་གོ་བགོས་པ། །  
མཚོན་ཚོན་ལྡན་པ་དཔའ་བོ་དག་གིས་ཕྱོགས་རྣམས་  
སྟེ།

གྲགས་པ་དང་ནི་རྩལ་དག་རྒྱས་བྱེད་གཡུལ་གྱིས་ནི། །  
དག་རིགས་ལུས་བྲལ་གཟི་མེད་རྒྱགས་པ་ཉམས་པར་  
བྱེད། །

འདི་ནི་རྩལ་པོ་ཞིག་གི་དཔུང་ལ་བཟླགས་པ་སྟེ། ཀྱི་ཁྱབ་  
འཇུག་ལྟ་བུ་ཞེས་རྩལ་པོ་ལ་བོད་ནས། བྱོད་ཀྱི་དམག་



དཔུང་གི་བཅན་པར་བགོས་པ་མཚན་རྣམས་པོ་ཐོགས་  
 པའི་དཔུང་བོའི་ཚོགས་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱོགས་རྣམས་སུ་  
 གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བའི་གྲགས་པ་དང་། ཏྲ་མིག་གིས་  
 བསྐྱངས་བའི་རྒྱལ་འཁྱབས་གཉིས་ལྟན་ཅིག་ཏུ་རྒྱས་  
 པར་བྱེད་ཅིང་། ཡང་བྱེད་པ་པོ་རྒྱལ་པོ་དཔུང་གི་ཚོགས་  
 དང་བཅས་པས་གཡུལ་ངོར་དབྱ་རིགས་མཐའ་དག་གི་  
 ལྷས་ལ་མཚན་ཆ་ཏུ་མ་བསྐྱུན་པས་ལྷས་སེམས་ཕྲལ་  
 ཞིང་གཟི་བརྗིད་དང་རྒྱགས་པའམ་དྲེགས་པ་ཉམས་  
 པར་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་བཞི་པར་བསྐྱུངས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

བེ་རྟ་རྩ་མེད་ལ་ཡི་རྩ་ཇོ་ན་ཏེ། །

རྩ་ཇོ་རྟ་མོ་སྐ་སྐ་ར་ཏོ་མ་དམྱེ་ཏོ། །

ཤི་རྩ་མེ་ཀོ་སྐ་མ་མེ་ཏུ་རྩ་རྟ་རྟོ། །

བྱ་ཇོ་མོ་ལྷ་སྐྱ་ར་ཏི་མ་དམྱེ་ཏི། །

ཞེས་པ་སྟེ་དང་པོ་དང་གསུམ་པ་ཅི་བདེར་བྱས་  
པའོ། །བོད་སྐད།

དྲན་ལྡན་བདག་ལས་ཕན་པའི་ཆོག་གཅིག་གསན་པར་  
མཛོད། །

ཁྱོད་ཀྱི་ལག་པ་དཔལ་དང་སྟན་ཅིག་ལག་འགྲོ་ཡིས། །  
ས་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་རྣམས་འཛིན་དེ་བྱིར་ས་གཞི་  
འཛིན། །

རང་ལག་རིག་ནས་རྒྱས་པ་རྒྱས་པར་ཡོངས་མ་བྱེད། །  
ཅས་པ་འདི་ནི་ས་ཆེན་པོ་ལ་དབང་བའི་རྒྱལ་པོ་དང་རྒྱལ་  
ཅན་ཞིག་ལ་མཁས་པའི་སྟེ་བོ་གཞན་གཅིག་གིས་སྤྲས་  
པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དྲན་ལྡན་ཏེ་སྟོ་གྲོས་དང་  
ལྡན་པ་བདག་ལས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཕན་པར་བྱ་བའི་བསྐྱབ་

བྱ་ཆོག་གཅིག་གསན་པར་མཛོད། ཅེས་སྒྲོན་དུ་གསོལ་  
ནས། ཁྱོད་གྱི་ལག་པ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དཔལ་དང་  
ལུན་པ་འདི་དང་། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་ལྷག་མ་ཅན་གྱི་གདེངས་  
ཀ་སྟེ་གཉིས་ཀས་སའི་དགྱེལ་འཁོར་འདི་རྣམ་པར་  
འཛིན་པ་ཡིན་གྱི་ཁྱོད་གཅིག་ཕུའི་ལག་པས་ས་ཆེན་པོ་  
འདི་བཟུང་བ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་རང་གི་ལག་པ་ཁོ་  
ནའི་མཐུས་ས་ཆེན་པོ་འདི་རྣམ་པར་འཛིན་ཏེ་ཞེས་  
ཁྱོད་རྒྱགས་པའམ་ང་རྒྱལ་མ་བྱེད་པར་ཐུགས་དུལ་བར་  
མཛོད་ཅིག ཅེས་གདམས་པའི་ཟོལ་གྱིས་རྒྱལ་པོ་ས་ཆེན་  
པོ་ལས་རྒྱལ་བ་ལ་བསྟོད་པའོ། །

གསུམ་པ་བཞི་པར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷ་ན་མི་མཆོལ་ཏེ་ཡེ། །

ས་ནི་ཆོལ་ཏེ་ཏེ་ཀེ་མ་ལྷ་ཀ་རོ་ཏེ། །

ས་མཚུངས་མ་ར་སེ་ཁྲ་ཆེན། །

ས་མཚུངས་མ་ར་སེ་ཁྲ་ཆེན། །

ཞེས་པ་སྟེ་དང་པོ་གཉིས་ཅི་བདེར་བྱས་པའོ། །བོད་སྐད།

འདྲོད་པའི་མེ་གང་ཁེངས་པས་རབ་བསྐྱབས་པ། །

སྐད་ཅིག་དང་མཉམ་རྒྱས་དེས་པརྒྱའི་མེག །

རོ་མེད་སྟོད་ཀྱིས་བདེ་བ་དེ་དག་ནི། །

ཀུན་ནས་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་ཅེས་མི་བྱེད། །

ཅེས་པ་ནི་མཛའ་བོ་ལ་མི་འགྲོགས་པའི་བྱད་མེད་  
ཁེངས་པ་ཅན་ཞིག་ལ་གཞན་གྱིས་གདམས་པ་ལྟར་བྱས་  
པ་སྟེ། ཀྱེ་པརྒྱའི་མེག་ཅན་མ་འདྲོད་པའི་རོའི་ཟས་མེད་  
མ་ཞེས་བོད་ནས། འདྲོད་པའི་འདྲོད་ཆགས་ནི་གདུང་  
བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མེ་སྟེ། དེ་ཉིད་མཛའ་བོ་དང་

འགྲོགས་པས་གཞིལ་བར་བྱེད་དགོས་པ་ལ། བྱོད་ནི་དེ་  
 དང་མི་འགྲོགས་པའི་ཁེངས་པ་ཅན་ཞིག་སྟེ་ཁེངས་པ་  
 དེས་བསྐྱབས་པའི་ཆགས་གདུང་གི་མེ་ནི་སྐད་ཅིག་ཅམ་  
 གྱིས་རྒྱས་པ་ཆེས་ཆེར་གྱུར་ཀྱང་། རྒྱིས་པའི་རོ་མྱོང་བ་  
 མེད་པ་བྱོད་ཀྱི་འགྲོགས་པའི་བདེ་བ་རྣམས་ནི་ཀུན་  
 རས་ཏེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཉམས་པར་ཅིས་མི་བྱེད་  
 དེ་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་མཇེའ་བོ་དང་འགྲོགས་ཤིག  
 རང་རྒྱུད་བསྐྱེད་ཏུ་འཇུག་པ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་  
 པའི་དོན་རྟོ།

གཉིས་པ་ལན་གཉིས་བསྐྱེས་པ་ལ་དབྱེ་བ་གསུམ་ལས།  
 ཀྱང་པ་དང་པོ་ཉིད་གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་བསྐྱེས་  
 པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

པ་སྐྱ་མ་ཏོ་རྒྱ་མ་ན་སྐྱ་ས་མ་སྐྱ།

པ་སྐྱ་མ་ཏོ་རྒྱ་མ་ན་སྐྱ་ས་མ་སྐྱ།

པ་སྒྲ་མ་ཏྲོ་རྒྱ་མ་ན་སྒྲ་ས་མ་སྒྲ། །

མིཚྭ་ཏྲོ་རྒྱ་སྒྲ་ཡི་མིཚྭ་པ་སྒྲ། །

ཞེས་པ་སྟེ། བོད་སྐད་དུ།

མ་དུད་ཁྱོད་ནི་འཇིག་རྟེན་བདག་གྱུར་ཆེ། །

མཐུ་ཡིས་མཐུ་ལྡན་ཞོར་ཅན་འདུད་བྱེད་པ། །

དེ་ཕྱིར་གསར་པའི་བཅུད་ལྡན་མཆོད་སྦྱོར་ནི། །

ངས་པ་ཉིད་དུ་ཆད་པར་མ་གྱུར་ཏོ། །

ཀྱེ་སྐུ་ལའང་མ་དུད་པ་ཞེས་སམ་བརྒྱ་བྱེན་ལས་ཀྱང་  
རྒྱལ་བ་ཞེས་བོད་པ་སྟེ། འདི་ཉླ་བུ་གོང་འོག་ཀུན་དུ་  
ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་ལའང་འདྲ་སྟེ། བོད་འབྲེལ་མང་པོ་  
ཞིག་ན་འཁོད་པའི་དོན་ཡིན་ཅེས་ཆེད་དུ་མ་བཀྲལ་  
བར་བཤད་པ་དཀྱིས་དང་བསྐྱེད་ནས་འཆད་པ་མང་

ཡང་། དེ་ལྟ་ན་རྒྱ་དཔེར་བོད་པའི་དོན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་  
 བྱེན་པའི་རྣམ་པ་ཉམས་པར་འགྱུར་བའང་ཀུན་ལ་ཤེས་  
 དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བོས་ནས་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་གང་  
 གི་ཆེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་བདག་པོར་གྱུར་པ་ན་ཆེས་ཆེ་བའི་  
 མཐུ་རྣམ་དང་ལྡན་པ། ལྷའི་འོར་བུ་རིན་པོ་ཆེ་མང་པོ་  
 ཅན་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱེན་གྱིས་ཀྱང་ཁྱེད་ལ་འདུད་པར་  
 གྱུར་པས། མི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་བསོད་ནམས་ཅན་འབྱོར་  
 ལྡན་གཞན་སྤྲུལ་ཀྱང་ཡང་ཡང་བསྐྱབ་དཀའ་བ་རྩ་དྲུང་  
 བའི་ཁྱ་བ་དང་ཆང་སོགས་སྐྱར་བ་ལྷ་བའི་བདུང་བར་  
 གྲགས་པ་དེ་དང་ལྡན་པའི་མཆོད་སྦྱིན་ཡང་ད་ནི་ཁྱེད་  
 གྱི་མཐུས་འཇིག་རྟེན་འདིར་རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་ཆད་པར་  
 མི་འགྱུར་བ་ཉིད་དོ། །ཞེས་མའི་བདག་པོ་འགའ་ཞིག་ལ་  
 བསྟོད་པའོ། །

དང་པོ་གསུམ་བཞིར་བཞུས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།





པ་ཤུགས་དང་ལྷན་ཅིང་གཅིག་རྗེས་སུ་གཅིག་འབྲངས་  
པས་རབ་ཏུ་བརྒྱད་པ་སྟེ། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཁྱོས་པའི་སྤྱི་  
ཆར་སྒྲིགས་པ་དེ་ནམས་ཀྱིས་ཐང་ལས་རྩལ་འཁྱབས་  
ཆེན་པོ་སྤྱབ་ནས་ནམ་མཁའ་བར་སྤྲང་གི་ཁྱོན་ཀྱན་  
འགོག་པར་བྱེད་པ་དང་། པས་སྒོལ་གྱི་གཡུལ་ངོའི་  
སྟོབས་བསྐྱོག་ཅིང་བེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་བྱིར། གཞན་  
དག་ཐེའི་དཔུང་གི་ཕྱོགས་སུ་མཆོག་ཏུ་སྟེ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་  
སྦྱར་བར་གྱུར་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་ཉིད་གསུམ་བཞིར་བསྐྱས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ན་ཤུང་ནི་སྤྱི་ཙ་མ་ལུང་མི་སྤྱི།

ན་མ་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་མ་ས་སྤྱི་ཏུ་རྒྱ།

ན་མ་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་མ་ས་སྤྱི་ཏུ་རྒྱ།

ན་མ་དྲི་རྒྱ་རྒྱ་མ་ས་སྤྱི་ཏུ་རྒྱ།

ཞེས་པ་སྟེ་རྒྱུ་པ་དང་པོ་ཅི་བདེར་བྱས་པའོ། །བོད་  
སྐད།

ཁྱོད་ལྟ་མཉམ་པར་མ་བཞག་སྟེ་པར་ནི། །

ནམ་གཉིས་མི་མཉམ་པན་པ་མེད་ནམས་ཆོག། །

ལོག་པར་གྱུར་པ་སྐྱབ་བྱེད་མི་མཉམ་པ། །

སྐྱལ་བགྲོད་མཚུངས་ལ་མི་དད་ངོ་ཆ་མེད། །

ཀྱེ་ངོ་ཆ་མེད་པ་ཞེས་སྟེ་བོ་དན་པ་གཡོ་སྐྱེ་ཅན་ཞིག་ལ་  
བོས་ཏེ། ཁྱོད་ལྟ་བུ་སེམས་མཉམ་པར་མ་བཞག་པར་  
ནམ་པར་གཡེང་བས་སྟེ་པ་འདྲིར་བདག་དང་བདག་  
གི་བའམ་ཆགས་པ་དང་སྤང་བ་གཉིས་པོ་མཉམ་པ་  
ཉིད་དུ་མ་རྟོགས་པས་མི་མཉམ་པ་དང་། དེས་ནི་རང་  
གིས་རང་བསྐྱུས་པ་འདྲི་ཇི་ལྟ་བར་གཞན་དག་ལའང་  
པན་པར་བྱེད་པ་ལོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་ཅུང་ཟད་

ཀྱང་སྒྲུབ་མེད་པར་མ་ཟད། རྣམ་པར་གཞན་དུ་བརྗོད་  
 རྣམ་རྣམ་པ་གཞན་དུ་བྱེད་པས་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར། བྱ་བ་  
 དང་བརྗོད་པ་མི་མཉམ་པའི་འབྲེག་པོ་སྒྱུ་ལ་གྱེ་བཞུད་  
 པ་དང་མཚུངས་པས་བསྐྱུ་ཞིང་ལྷག་པར་གྱུར་པ་ཁོ་ན་  
 སྒྱུ་བ་པར་བྱེད་པའི་སྐྱེ་བོ་ངན་པ་ཁྱོད་ལ་བདག་རྣམ་  
 ཡང་ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་མི་དང་དོ་ཞེས་སྐྱེ་བོ་འགའ་ཞིག་  
 གིས་སྐྱེ་བོ་ངན་པ་གཞན་འགའ་ཞིག་ནན་གྱིས་སྤྱང་  
 བར་བྱེད་པའི་ཆོག་གོ།

ཀྱང་པ་དང་པོ་ཉིད་ཕྱི་མ་གསུམ་ལ་བཞུགས་པ་ནི། རྒྱ་  
 དཔེར།

སྒྲུ་ཏི་ཏོ་སྒྲུ་ན་མ་རྒྱ་ཇ་སེ་ན།།

སྒྲུ་ཏི་ཏོ་སྒྲུ་ན་མ་རྒྱ་ཇ་སེ་ན།།

སྒྲུ་ཏི་ཏོ་སྒྲུ་ན་མ་རྒྱ་ཇ་སེ་ན།།

སརྩ་ཉི་ཉོ་ལྷ་ན་མ་རྩ་ཇ་སེ་ན། །

ཞེས་པ་སྟེ། ཀླང་པ་གཅིག་ལན་བཞིར་བརྗོད་པས་  
ཆོགས་སུ་བཅད་པ་གྲུབ་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།  
མི་པན་འཛམས་གྲགས་རྒྱལ་པོའི་སྡེ་ཡིས་བཏུང། །

སྟེས་མཆོག་ཟུ་མས་པན་པའི་དཔལ་གྱི་ཟླ། །

མེད་མེན་རྗེ་དང་བཅས་པ་གོ་བགོས་པ། །

མཆོད་ཐོབ་དམ་པ་རྩལ་མེད་མི་མཛེས་མེན། །

ཞེས་པའམ་ཡང་ན། དག་ཡི་མཛེས་འཛམས་རྒྱལ་པོའི་  
སྡེ་ཡིས་བཏུང། །ཟུ་ལྷས་པན་པ་དཔལ་ཟླ་མེད་མེན་  
སྟེ། །མི་འཏུང་གོ་བགོས་མཆོད་ཐོབ་རྩལ་མེད་པ། །སྟེས་  
མཆོག་རྗེ་བོ་དམ་པ་མི་མཛེས་མེན། །ཞེས་པ་སྟེ་དེ་ཡང་  
རྒྱ་སྐད་ཀླང་པ་བཞིར་ལན་བཞི་ལྕབ་པས་གཟུགས་  
གཅིག་ཀྱང་དོན་ཐ་དད་པས་མི་སྟོས་པ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་

སྐད་གཉིས་ཤན་སྐྱར་ཏེ་སྐྱར་ཡང་བཀོད་པ་ནི་འདི་ལྟ་  
 གྱེ། སུམ། བཅོམ་པ། ཨ་ཏི་ཏོ་ལྷ། མི་ཕན་པར་གྲགས་  
 པ། ཨྲ་ན་མ། བདུད་པ། རྩ་ཇ་སེ་ན། རྩལ་པོའི་སྤེ་  
 ཡིས། སུམ། ཡོད་པའམ་སྐྱེས་མཆོག་ཏི་ཏ། ཕན་པ། ལྷ་  
 ལྷ། ལྷ་མ། ཨ་ན་མ། དཔལ་མེད་མིན། རྩ་ཇ། ལྷ་  
 བ། ས། བཅས་པ། ཨི་ན། རྩེ་བོ། སུམ་ཏི་ཏོ། གོ་བགོས་  
 པ། ཨྲ་ན་ལ། མཆོད་པ། ཨྲ་ཏི་ཏོ། ཐོབ་པ། ཨ་ན་  
 མ། བདུད་པའམ་མགོན་བཅས། རྩ་ཇ་སེ་ན། རྩལ་པོའི་  
 སྤེས། སུམ། དམ་པ། ཨྲ་ཏི་ཏོ། གྲོགས་བྱེད་པ། ཨ་ན་མ་རྩ་  
 ཇ་སེ་ན། རྩལ་ནད་མེད་པ་མི་མཛེས་པ་མིན་པ། ཞེས་  
 པའོ།

འདིའི་གཞུང་ཆོག་ཤོང་འབྱུར་རྩ་བ་འདི་མི་བདེ་ཞིང་  
 རྩ་སྐད་མང་པོ་བོད་སྐད་ལ་ཆད་པའི་སྐྱོན་ཡོད་པས།  
 དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་བཀྲལ་བ་ལྟར་ལེགས་མོད། ད་དུང་

དེ་ལ་འང་མ་འདུས་པ་མང་བས་འདིར་ཀྱན་མཁྱེན་  
 བསྟན་པའི་ཉིན་བྱེད་ལ་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་དོན་དང་མཐུན་  
 པར་འགྱུར་བཅོས་ཡང་དག་པར་བྱས་ནས་བཀོད་པ་  
 ཡིན། གོ་དོན་ནི། མི་མཛེས་མིན་ཞེས་པ་ཁོ་ན་བརྗོད་  
 དོན་དངོས་ཡིན་གྱི་ཆོག་སྟག་མ་ཐམས་ཅད་ནི་བོད་  
 པའི་དོན་འབའ་ཞིག་ཡིན་པས་རྒྱ་དཔེར་ཡང་། བོད་  
 པའི་རྣམ་དབྱེ་བྱེན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། དེ་ལྟར་བོད་པའི་  
 ཆོག་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་སྟ་  
 དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་ལ་སྟར་འཛིན་ཅིང་། རྒྱལ་ཕྱན་  
 གཞན་མང་པོ་ལས་རྒྱལ་བས་དག་ཆོམ་ཞིང་དེ་དག་  
 གིས་མཆོད་པ་ཐོབ་པ། རང་གི་དམག་སྡེ་གོ་བཅོན་པར་  
 བགོས་པའི་འཁོར་ཆོགས་མང་པོ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་  
 ལ་བསྟོད་པ་བརྗོད་པ་ཡང་ཞར་གྱིས་འཐོན་པ་ལ།  
 བསྟོད་ཚུལ་རྒྱ་འབྲས་གྱི་འབྲེལ་པར་བཀོད་པས་སྡེ་མ་  
 སྡེ་མ་རྒྱ་དང་། བྱི་མ་བྱི་མ་འབྲས་བུར་གྲུབ་པ་ཞིག་སྟེ།

དེ་ཡང་། གྲེ་མི་ཕན་པར་གྲགས་པའི་དག་པོ་བཙམ་པ།  
 གྲེ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་གྲེ་དམག་སྒྲེས་ཀྱན་ནས་བརྟུང་པ། གྲེ་  
 རྒྱལ་ཕྱན་གཞན་གྲེས་མི་འདུང་པ་རྒྱལ་གྲེ་རྣམ་འགྱུར་  
 ཏི་ཞེ་སྤང་གི་གཞོད་པ་མེད་ལ་སྤྲོད་སྤྲོབས་དང་སྤྲོད་པ།  
 གྲེ་ལྷ་མས་ཕན་པའི་དཔལ་གྲེ་སྒྲེ་བ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 སྤྲོ་སྤྲོ་དབང་ཕྱུག་གི་མགོན་རྣམ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ། དེ་  
 བས་ན་སྤྲོ་དེ་ལ་དད་པ་སྤྲོ་ཡིད་གུས་པའི་རྒྱལ་པོ་རང་  
 ཉིད་གྲེ་དམག་དཔུང་གི་འཁོར་ཆོགས་དང་བཅས་གོ་  
 བགོས་པ་འདི་རྣམས་ནི་གཞན་གྲེས་མཆོད་པ་ཐོབ་པའི་  
 སྤྲོས་བྱ་དམ་པ་སྤྲོད་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིར་མི་མཛེས་པ་  
 མ་ཡིན་ཏེ་ཡོངས་སུ་གྲགས་ཤིང་ཤིན་ཏུ་མཛེས་པས་  
 ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཏི་ཞེས་པའོ། །འདིར་  
 རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་ཇི་སྟར་བཤད་པ་འབྲུང་བས་སྤྲོར་  
 བར་བྱ་སྤྲོ་རིམ་པ་བཞིན་མི་ཕན་པའི་དག་འཛོམས་པ།  
 དེའི་རྒྱ་མཆོན་གྲེས་རྒྱལ་པོའི་སྤྲོས་བརྟུང་པ། དེས་གོ་

བཀོས་པའི་སྒྲེ་སྒྲེ་གང་ལ་མཆོད་པ་ཐོབ་པ། དེའི་ཕྱིར་མི་  
 འདུད་པ། དེས་ན་ཨུ་མུ་ས་པན་པའི་དཔལ་གྱི་ཟླ་བ་ཅན་  
 གྱི་མགོན་དང་བཅས་པ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེས་བུ་དམ་པ་རྩལ་  
 མེད་སྟོང་སྟོབས་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ། དེས་ན་གང་གི་  
 ཕྱིར་རྩལ་མེད་དམ་རྩལ་པོ་ཁྱོད་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ལྟར་  
 འཆད་ཚུལ་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འདིར་བཤད་པ་དང་ཕྱོགས་  
 མཐུན་པ་ཅུ་ཡོད། གཞན་བོད་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་ཏུ་  
 བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དོན་དངོས་དང་། བོད་པའི་དོན་གྱི་  
 དབྱེ་བ་མ་ཕྱེད་ཅིང་རྒྱ་འབྲས་འབྲེལ་བསྐྱོགས་པའི་  
 འཆད་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཐོན། རྒྱ་སྐད་ཀྱང་པ་བཞི་པོ་  
 རྣམ་པ་འདྲ་ཡང་དོན་ཐ་དད་པ་སོ་སོར་ཇི་བཞིན་མ་  
 བཤད་པའི་སྒྲིན་ཏུ་མ་སྤང་བས་འདིར་ཅུང་ཟད་གསལ་  
 བར་བྱས་པའོ། །བཞི་པ་དོན་བསྐྱུ་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཀྱང་པ་  
 ལན་གཅིག་དང་། །གཉིས་དང་གསུམ་ཡང་བསྐྱེས་པ་  
 བཟླ། །དེ་ལྟར་ཀྱང་པ་ལན་གཅིག་དང་གཉིས་དང་



ཆོག་ས་བཅད་བཟུངས་པ་ཡིན་ཏེ་དཔེར། །

1379

རྒྱལ་པ་དང་། ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་པ་དང་དཔུང་པ་ཡིས་དང་།  
སྤྱ་ཞེས་པ་རབ་རྒྱ་དང་། ཨ་མི་རྒྱ་གྲོགས་མིན་དང་། ལྷ་རྒྱ་  
རིམ་འཛོམས་པ་དང་། ཨ་རྒྱ་རྒྱ་འཛོམས་པ་མེད་པ་  
དང་། རྒྱ་རྒྱ་ས་གཞི་དང་། ཨ་ཡི་ཞེས་པ་འདི་དང་། ཨ་  
རྒྱ་ལ་ཞེས་པ་མཚུངས་མེད་དང་། ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་བསྟེན་པར་  
བསྟེན་ན། བོད་རྒྱུད་དུ།

ལྷ་མ་ཞིང་རྒྱལ་པའི་ལག་པ་ཅན། །

གྲོགས་མིན་རབ་རྒྱ་འཛོམས་བྱེད་པ། །

རྒྱལ་འདྲེན་བྱེད་ཀྱིས་བསྟེན་པ་ཡི། །

མི་མཚུངས་ས་འདི་འཛོམས་པ་མེད། །

ཤ་རྒྱལ་པས་ལྷ་མ་པའི་དཔུང་པའམ་ལག་པ་ཅན་གྲོགས་  
མིན་ཏེ་དགྲ་བོ་རབ་རྒྱ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་རྒྱལ་  
འདྲེན་རྒྱལ་བོ་བྱེད་ཀྱིས་བསྟེན་པའམ་རྒྱུང་བའི་ས་འདི་

ལ་གཞན་གྱིས་མི་མཚུངས་པ་སྟེ་དག་ལྷས་ཟེལ་གྱིས་མི་  
 རོན་པའི་ཕྱིར་འཇིགས་པ་ཅི་ཡང་མེད་དོ། །ཞེས་པའོ།  
 ཡང་རྒྱ་སྐད་དེ་ཉིད་མི་ཞེས་པ་བྲལ་བ་དང་། རྒྱ་ཡ་ཀ་  
 འདྲེན་པ་དང་། ལྷ་མ་རྒྱ་ཞེས་པ་གྱུར་པ་དང་། མི་ཏ་  
 ཅེས་པ་ཡང་གྱུར་པ། ལྷ་པ་ཉི་བ་དང་། ཅི་ཏ་ཞེས་པ་  
 སྟེག་ཁང་དང་། ལྷ་རྒྱ་ལག་པ་དང་། ལྷ་མི་རྒྱ་རང་གྲོགས་  
 དང་། ལྷ་རྒྱ་ཞེས་པ་བཏང་བ་དང་། ལྷ་རི་རྒྱ་ཞེས་པ་  
 དག་པོ་དང་། ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་པ་མངོན་པར་གྲོགས་པ་  
 དང་། ལྷ་རྒྱ་ཞེས་པ་ས་དང་། ལྷ་ཡི་འདི་དང་། ལྷ་རྒྱ་རྒྱ་  
 བསྟེན་པར་བསྐྱར་ན།

འདྲེན་པ་དག་དང་བྲལ་གྱུར་ཅིང་། །

ལག་པ་སྟེག་ཁང་ཉི་གྱུར་པ། །

རང་གྲོགས་གྱིས་བཏང་དག་ཡིས་ནི། །

མི་མཉམ་ས་འདི་མངོན་པར་བསྟེན། །

ཁྱོད་ཀྱི་དགྲ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱོད་ཁྱོས་པའི་གཞོན་པ་ལས་  
སྐྱོབ་རྒྱས་པའི་མགོན་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་འདྲེན་པ་  
དང་བྲལ་བའོ། །དེ་བས་ན་གཞན་ལས་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ལག་  
པ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ལྷས་ནི་རོ་བསྐྱེག་པའི་སྐྱེག་ཁང་  
དུ་འཇུག་པ་ལ་ཉེ་བར་གྱུར་པ། རང་གི་གྲོགས་གཞན་  
གྱིས་བཏང་བའི་ཁྱོད་ཀྱི་དགྲ་བོ་འདི་རྣམས་མི་མཉམ་  
པ་སྟེ་ཤོར་ལ་ཁད་ཀྱི་ས་འདི་ད་ལྟ་མངོན་པར་བབྱང་ངོ་  
ཞེས་པའི་དོན་དུ་རྒྱ་འབྲེལ་ནས་བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་བྱང་ལྷན་ཆེན་པོ་ནི།

རྐང་བཞི་རྣམ་པ་གཅིག་པ་གང་། །

བྱང་ལྷན་ཆེན་པོར་བརྗོད་པ་ཡིན། །

དེ་ལའང་བསྐྱས་པ་མཐོང་སྟེ་དེ། །

བྱང་ལྗན་གྱི་བ་གཞན་ཡིན་ནོ། །

རྒྱང་བཞིའི་ཡི་གེ་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་པ་གང་དེ་  
 བྱང་ལྗན་ཆེན་པོར་བརྗོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་ན་སྤར་  
 དཔེར་བརྗོད་ཟེན་པ་རྒྱང་པ་དང་པོ་ཉིད་ཕྱི་མ་གསུམ་  
 ལ་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱས་པའི་བྱང་ལྗན་དེ་དང་ཁྱད་  
 པར་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། འདིར་ནི་རྒྱང་པ་དང་པོ་  
 ཉིད་ཕྱི་མ་གསུམ་ལ་བསྐྱས་པར་མ་ཟད་རྒྱང་པ་རེ་རེ་ལ་  
 ཡང་མ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྗན་རེ་ཡོད་པ་དེས་ཁྱད་པར་དུ་  
 བྱས་པའི་ཕྱིར་ལན་གསུམ་བསྐྱས་པ་ལས། འདི་ཉིད་བྱང་  
 ལྗན་གྱི་བྱ་བ་གཞན་པ་ཞིག་ཡིན་ནོ། །དེ་དཔེར་བརྗོད་  
 པ་ནི་རྒྱ་དཔེར། ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་ཡུ། །ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་  
 སྒྲ་ན་ཡུ། །ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་ཡུ། །ས་སྒྲ་ན་ཡུ་ས་སྒྲ་ན་  
 ཡུ། །ཞེས་པ་སྟེ། དེ་བསྐྱུར་བ་ན་བྱང་ལྗན་ནི་ཞིག་མོད་

བརྗོད་དོན་ངེས་པའི་ཕྱིར་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་  
གཞུང་ཚིག་ནི།

མཉམ་མེད་དཔལ་ལྷན་མཚུངས་མེད་མ། །

ཁེངས་ལྷན་ངལ་བ་དག་དང་ནི། །

ཁེངས་པ་མཉམ་ལྷན་ཚུལ་མེན་དག །

དོར་བའི་ཚད་འདིས་འགྲོགས་སུ་ཆུག །

འདི་ནི་ཚུལ་དང་མཐུན་པའི་ཆུང་མ་སྐྱེས་པ་གཞན་ལ་  
མི་འགྲོགས་པ་ཞིག་གིས་རང་གི་བདག་པོ་ལ་འདོད་པ་  
དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྐད་དུ་སྒྲས་པ་ཉར་བྱས་པ་སྟེ། གྱེ་  
མཉམ་པ་མེད་པ་ཞེས་བོད་ནས་མཛེས་པའི་དཔལ་དང་  
ལྷན་པས་མཚུངས་པ་མེད་མ། གཞན་ལ་མི་འགྲོགས་  
པས་ཁེངས་པ་དང་ལྷན་ཞིང་འདོད་པས་རབ་དུ་གཟིར་  
བའི་ངལ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་ཡང་ཁེངས་པ་བྱེད་པར་

རྒྱས་པས་ཆགས་པའི་དབང་གིས་གཞན་དང་འགྲོགས་  
པ་ཚུལ་མིན་གྱི་བྱ་བ་དོར་བའི་ཚད་དུ་གྱུར་པ་བདག་གི་  
ངང་ཚུལ་འདིས་ཁྱོད་ལ་ངེས་པར་འགྲོགས་སུ་ཆུག་ཅིག་  
ཅེས་པའི་དོན་དྲོ། །ཐོད་འགྲེལ་ནམས་སུ་ཆོག་འདི་སྐྱེས་  
པས་བྱད་མེད་ལ་སྒྲས་པ་ལྟར་བཀྲལ་བ་ལེགས་ལེགས་  
འགྲིག་འགྲིག་འདྲ་ཞིག་སྣང་མོད་ཀྱང་། རྒྱ་འགྲེལ་ལས་  
འདིར་བཀོད་པ་བཞིན་དུ་བཤད་པས་དཔང་རྒྱུ་  
དུའང་དེ་དང་མཐུན་པར་འབྱུང་ངོ་། །

#### ༥ བསྐྱེས་པའི་བྱང་ལྡན།

ལྡ་པ་བསྐྱེས་པའི་བྱང་ལྡན་ནི་ལྡར། ཀུན་དུ་དབྱེ་བ་ལས་  
སྐྱེས་པ། །དེ་དག་དབྱེ་བ་ཤིན་དུ་མང་། །ཞེས་བརྗོད་པ་  
ལྟར་འདིར་བྱང་ལྡན་དེ་ནམས་བསྐྱེས་ནས་སྦྱོར་བའི་  
ཚུལ་སྦྱོགས་ཙམ་ཞིག་སྟོན་པར་བཞེད་ནས་དཔེར་  
བརྗོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ནྱ་རྩ་ནྱ་རྩ་ཀླ་ར་ནྱ་རྩ་ནྱ་རྩ་སྤྱ་རྩོ།

སྤྱ་རྩོ་མ་དྲོ་བླ་དུ་མ་དྲོ་ན་མེ་ཀྲ་མུ།

ཀྲ་མུ་སྤྱ་ཏཱ་སྤྱ་སྤྱ་ཏཱ་ཏཱ་ར་ཡོ།

ར་ཡོ་རྩ་རྩ་མ་ན་རྩ་རྩ་ལ་ལྷེ་ནུ།

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་དང་པོའི་ནྱ་རྩ་ནྱ་རྩ་ཞེ་པ་མ་ཆོད་  
ཅིང་ཆོད་པ་དང་། དང་པོ་དང་གཉིས་པ་ལ་སྤྱ་རྩོ་ཞེས་  
པ་མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བ་དང་། རྒྱང་པ་གཉིས་པའི་བར་དུ་  
མ་དྲོ་ཞེས་ཆོད་པ་དང་། གཉིས་པ་དང་གསུམ་པ་ལ་ཀྲ་  
མུ་ཞེས་པའི་མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བ་དང་། གསུམ་པའི་བར་  
དུ་སྤྱ་ཏཱ་ཞེས་པ་ཆོད་ཅིང་མ་ཆོད་པ་དང་། དེ་དང་བཞི་  
པ་ལ་ར་ཡོ་ཞེས་པ་མཐའ་ཐོག་སྤྱར་བ་དང་། རྒྱང་པ་  
བཞི་པ་ལ་བར་དུ་རྩ་རྩ་ཞེས་པ་ཆོད་པའི་བྱང་ལྷན་ཡོད་  
པས་བསྐྱེས་པའི་བྱང་ལྷན་ནོ། །དེ་ཉིད་བོད་རྒྱུད་དུ།



ལག་པ་རྣམ་གཞོན་མི་དམན་འཕྲུལ་ལ་དབྱ་འཛོམས་  
བ།།

ལྷུང་བ་དང་ལྷན་མཆོད་པའི་ཁྱུང་ནི་བསྟེན་པ་ཡིས། །

ས་གཞི་དག་ནི་རིམ་པས་བསྐྱང་བར་བཟོད་པ་ཡིན། །

འཇིན་མ་ནི་ས་གཞི། དེ་འཇིན་པ་སྤྱི་རྒྱལ་པོ་སྟག་མ་  
 ཅན། དེ་དང་ས་གཞི་འཇིན་པའི་ཆོས་མཚུངས་པས་  
 དེའི་རྣམ་པ་འཇིན་པ་ནི་འཇིན་མ་སྤྱི་དཔ་སྟེ། ས་ལ་  
 དབང་བའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་སོ། །དེ་རྣམས་ཀྱི་ལག་པས་ས་  
 གཞི་བསྐྱང་བ་དང་ཕ་རོལ་གྱི་དབྱ་བོ་རྣམས་འཇོམས་  
 པའི་སྟོབས་ཀྱི་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཟུར་ཞིང་བསྐྱོག་པར་  
 དཀའ་བ་དང་ལྡན་པ་དང་། མཆོད་སྦྱིན་མི་ཟད་པ་

བཏང་བའི་ཁྱར་བཅོད་ཅིང་བསྟན་པའི་ལག་པས་ས་  
གཞི་མཐའ་དག་ནི་རིམ་པས་ཏེ་ལྷགས་བཞིན་དུ་སྤྱང་  
བར་བཅོད་པ་སྟེ་རྒྱས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བསྟོད་པའོ། །

༤ བསྟོག་པའི་བྱང་ལྡན།

དུག་པ་བསྟོག་པའི་བྱང་ལྡན་ལ་གཉིས། མཚན་ཉིད་  
དང་དཔེར་བརྗོད་དོ། །དང་པོ་ནི།

རྐང་ཕྱེད་ཆོགས་བཅད་སྟོད་ཡུལ་ཅན། །

ལྷགས་ལས་བསྟོག་པ་བསྐྱར་བ་ནི། །

བྱང་ལྡན་ལྷས་ལས་བསྟོག་པའི་ཕྱིར། །

ལྷགས་ལས་བསྟོག་པ་ཞེས་པར་བཤད། །

རྐང་པ་གཅིག་སྟོང་ཏེ་བསྟོག་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་  
ཕྱེད་བསྟོག་སྟེ་བསྟོག་པ་དང་། ཆོགས་བཅད་རངས་པོའི་

སྒྱིད་ཡུལ་ཅན་ཏེ། རངས་པོ་ལྷགས་ལས་བསྒྲིག་པས་  
བསྐྱར་བ་བསྒྲས་པ་ནི། ཟུང་ལྷན་ལྷགས་ལས་བསྒྲིག་པ་  
ཞེས་པར་བཤད་དེ། ལྷགས་ལས་བསྒྲིག་ནས་ཡི་གེ་བསྒྲས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལ་གསུམ་ལས་རྒྱང་པ་བསྒྲིག་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།  
ཡཱ་མ་རྒྱ་ཤ་གྲི་རྒྱ་ཡཱ་སྟ། །སྟ་ཡཱ་རྒྱ་གྲི་ཤ་རྒྱ་མ་ཡཱ། །ར་མ་  
རྒྱ་ར་ཀ་རྒྱ་ཏེ་འཕྱུ། །ཕྱུ་ཏེ་རྒྱ་ཀ་ར་རྒྱ་མ་ར། །ཞེས་པ་  
འདིར་རྒྱང་པ་བསྒྲིག་པས་རྒྱང་པ་བཞི་པ་འབྱུབ་  
པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

གང་ལ་འབད་བྱས་ཕྱ་མ་ཉིད། །

དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་མཇེའ་བོ། །

རེ་འདོད་མེད་པས་བྱེད་མེད་སྟ། །

བསྒྱིད་པ་ཐོབ་ཁྱོད་འགོ་གུར་ཅིག། །

འདི་ནི་དུས་སུ་མ་སྒྲིབ་པ་འཕམ་དུས་ལས་ཡོལ་བའི་  
 མཛེལ་བོ་ལ་ཁྲོས་པའི་བྱད་མེད་ཀྱི་ཆོག་སྟེ། ཀྱེ་དགའ་  
 རྩེད་བྱ་བར་རེ་བའི་འདོད་པ་མེད་པ་སྟེ་མི་འགྲོགས་པ་  
 ཞེས་དང་། ཀྱེ་སེམས་དང་བྲལ་བས་བྱེད་པ་མེད་པ་བཅས་  
 བོ་སྟེ་བྱའི་སྟེ་ཞེས་དང་། ཀྱེ་བསྟོད་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་  
 འབོད་པ་སྟེ། འདོད་པ་བཞིན་མི་བྱེད་ཅིང་དུས་སུ་མི་  
 འོང་བའི་ཁྱོ་གའི་མིང་ལ་དེ་བ་ར་ཞེས་གྲགས་པའི་ར་  
 ཡིག་ཕྱིས་པ་འཕམ། ཡང་ན་དེ་ལ་བདེན་པ་མེད་པ་ཞེས་  
 པའི་མིང་འཇུག་པར་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་བཤད་པས་བྱེད་  
 མེད་སྟེ་ཞེས་བསྒྱུར། སྟེ་ཏེ་ཞེས་པ་བཀྱར་སྟེ་དང་ཞེས་  
 དང་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་པ་སོགས་ལ་འཇུག་པ་ལས།  
 སྐབས་འདིར་བྱད་མེད་ས་བདག་པོ་ལ་འདོད་པ་དོན་  
 དུ་གཉེར་བའི་སྒྲིབ་དུ་བསྟོད་བཀྱར་བཀྲིས་པའི་བྱར།  
 དེ་ལ་བསྟོད་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་བོད་ནས། ཁྱོད་དང་  
 འགྲོགས་པ་ཐོབ་པའི་སྒྲིབ་དུ་ཡུན་རིང་པོར་འབད་པ་

བྱས་ཀྱང་། བྱོད་ཀྱིས་ཡལ་བར་དོར་བའི་རྒྱས་བྲལ་བས་  
ཉེན་ཉི་འདོད་པའི་གདུང་བས་ལྷས་ཕྱ་མོ་རྒྱད་པ་ཉིད་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བདག་གིས་ཐོབ་ཟིན་ན་ད་ལྟོ་འོང་  
བས་ཅི་བྱ། ལྷར་དུ་སྐྱར་ཕྱོག་ནས་འགོ་བར་གྱུར་ཅིག་  
གམ་འགོ་བར་མཛོད་ཅིག་པའི་དོན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཆོགས་བཅད་ཕྱེད་བསྒྲག་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

རྒྱ་དེ་ནོ་ལྷ་མ་ད་རྒྱ་རྒྱེ་སྒྲ། །

ན་མེ་ཀླ་ཙ་ན་ཀླ་མེ་རྒྱ། །

རྒྱ་མེ་ཀླ་ན་ཙ་ཀླ་མེ་ན། །

སྒྲ་རྒྱེ་རྒྱ་ད་མ་ནོ་དེ་རྒྱ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་གཉིས་པའི་མཐའ་ནས་དང་པོའི་  
མགོའི་བར་དུ་ལྷགས་ལས་ཕྱོག་པས། རྒྱང་པ་གསུམ་པ་  
དང་བཞི་པ་དག་གྲུབ་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་རྒྱུད་དུ།

ན་ད་ལྷན་བདག་རང་གི་སྒྲོ། །

མྱོས་མེན་འདོད་པ་འགའ་ཡང་མེད། །

དུལ་བ་འཇོམས་པའི་འདོད་པ་ཡིས། །

རང་དབང་ག་དུང་བ་དག་ཀྱང་མེད། །

འདི་ནི་མུ་སྟེགས་ཞི་བ་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཞིག་གི་ཆོག་  
སྟེ། ན་ད་ཞེས་བྱ་བ་ཞི་བ་པའི་གཞུང་ལ་གྲགས་པ་དེ་ལོ་  
ན་ཉིད་ཀྱི་བྱེ་བྲག་སྟེ། དེ་དང་ལྷན་པ་བདག་གི་སྒྲོ་  
འདོད་པས་མྱོས་པ་མེན་ཅིང་། དེ་ལས་ཀྱང་བདག་ལ་  
འདོད་པ་ཡུལ་ལ་ལོག་པར་འགའ་ཡང་མེད་ལ། དེས་ན་  
དུལ་བ་འཇོམས་པའི་ཞི་བའི་འགལ་སྒྲར་གྱུར་པའི་  
འདོད་པས་རང་དབང་དུ་ག་དུང་བ་དག་ཀྱང་བདག་གི་  
རྒྱུད་ལ་མེད་དོ་ཞེས་པའོ། །

གསུམ་པ་ཆོགས་བཅད་བསྒྲོག་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཡཱ་ན་མྱ་ན་ཡ་མྱ་རྩ་མི།

ཀ་ཤོ་རྩ་ན་ཇ་རྩ་ས་རྩ།

ཡཱ་མུ་དྲ་ར་ཤ་དྲ་རྩི་རྩ།

མྱ་ཡཱ་མྱ་ཡ་མ་རྩ་དེ་སྒ།

ཞེས་པ་སྟེ་བོད་སྐད།

ཡིད་འགྲོ་བདུད་སྦྱང་ལྷག་མེ་དམན།

གང་ཞིག་དབང་གྱུར་སྟེ་བོ་འཇོམས།

གང་ལ་བདག་སོང་སྟེ་བོ་བརྟུན།

དབང་གྱུར་དེ་ལ་བྱོན་ཞེས་སྟེ།

ལྷས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིད་སྒྲུབས་པའི་བྱུར་ཡིད་ལ་

འཇུག་ཅིང་འགྲོ་བ་ན་བདུད་འདོད་སྟེ་ཡིན་ལ། དེའི་

འཕྲིན་ལས་ནི་ལྷས་ཅན་ནམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཆགས་པ་

སྐྱེད་པ་སྟེ། དེའི་སྐྱབ་བྱེད་དམ་དེ་སྐྱོང་པའམ། དེར་  
 བསྐྱལ་བའི་ལྷག་མི་དམན་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་ནི་  
 བྱེད་མེད་རྣམས་ཏེ། དེ་འདྲའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཕྱལ་དུ་  
 བྱེད་བའི་མཛེས་མ་གང་ཞིག་དྲང་སྟོང་ལ་སོགས་པ་  
 དུལ་བའི་སྐྱེ་བོ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱང་དེའི་དབང་དུ་གྱུར་  
 པས་འཛེམས་པར་བྱེད་ཅུས་པ་འདོད་ལྷན་བདག་གིས་  
 ཀྱང་སྟོན་ཆད་ཡང་ཡང་དེའི་གམ་དུ་སོང་ཞིང་འགྲོགས་  
 པས་བསྟེན་པར་གྱུར་མ། འཛིག་རྟེན་ན་ཆེས་ཆེ་བའི་སྐྱེ་  
 བོ་བརྒྱའི་དབང་དུ་གྱུར་ཅིང་བདག་གིར་བྱས་པས།  
 གང་དག་དམན་པའི་སྐྱེ་བོ་དབང་ཅུང་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 དེ་ལ་ཡིད་ཆགས་ཀྱང་བཟོད་པར་མི་ཅུས་པའི་མཛེས་  
 མ་དེ་ལ། དེང་འདིར་ཡང་བདག་གིས་བྱོན་ཞེས་སྐྱས་ཏེ་  
 བོས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་འདོད་ལྷན་འགའ་ཞིག་གིས་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་ཙམ་སྟེ་རྒྱ་  
 འགྲེལ་གཉིས་དང་དཔང་རྒྱུ་ལས་འགྲེལ་ཚུལ་དེ་ལྟར་



འབྱུང་། གཞན་ལས་གཞན་དུ་འཆད་པ་ནི་གཞུང་དོན་  
 རི་བཞིན་མ་གོ་བའི་རང་ཉམས་སོ། ཚིགས་སུ་བཅད་པ་  
 འདིའི་སྨི་ཏའི་དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་  
 ཉིད་མཇུག་ནས་ཡར་ཕྱིན་སྟེ། སྤྱི་དུ་མ་ཡ་མ་ཡ་  
 སྤྱི། རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཤ་ར་དུ་ཐུ་ཡུ། རྒྱ་ས་རྒྱ་ཇ་ན་རྒྱ་ཤོ་ཀ། རྩི་  
 རྒྱ་ཡ་ན་རྒྱ་ན་ཡུ། བེས་བཀོད་ཅིང་བསྐྱགས་པས་  
 ཚིགས་བཅད་འོག་མ་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

སྟོན་འདི་ཡིས་ནི་གཟེར་གྱི་ཅིང་། །

སྟན་མི་ཤེས་མ་དེ་ཡིན། །

ཉིན་མའི་ནད་དག་མ་ཐོབ་མིན།

ལྷ་པོ་འབྲུ་ལ་སྦྱང་ཁེངས་མི་བྱེད། །

ཅེས་པ་འདི་ནི་བྱད་མེད་གཞོན་ནུ་མ་ན་ཆོད་ཤིན་ཏུ་  
ཕྱ་བས་བཟོད་སྒན་ཆུང་ལ་སྟོད་ཆད་ཀྱིས་གདུང་བ་

ཞིག་གི་ཚུལ་བརྗོད་པ་ཙམ་སྟེ། དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་ཚད་པས་  
 ཤེན་ཏུ་གཟེར་བར་གྱུར་པའི་བྱད་མེད་གཞོན་ནུ་མ་དེ་  
 བློ། དེའི་ཆོ་གནས་སྐབས་མི་ཤེས་པས་སེམས་མེད་པ་ལྟ་  
 བྱར་སྟོས་ནས་ཤེན་ཏུ་རྩལ་པའི་ཉིན་མོ་ནི་ནད་ཡིན་པ།  
 དེ་མ་ཐོབ་པ་མིན་ཏེ་ཐོབ་པའི་བྱུར། བྱོད་དང་བྲལ་བའི་  
 ཟླ་ངན་དང་བྲལ་བའི་སྦད་དུ་ཁེངས་པ་སྟེ་གཉིས་ཀ་  
 ཡང་མི་བྱེད་དེ་བྱེད་པ་མི་ནུས་པས་སོ། །ཞེས་  
 པའོ། །འདིར་རྒྱ་སྐད་ལ་ལྷ་ས་ན་ཞེས་འབྱུང་བ། དེ་བོད་  
 སྐད་ལ་སྟན་ཡིན་པ་ཡོངས་གྲགས་ལྟར་ནའང་།  
 དམིགས་བསལ་སྐབས་ཐོབ་གྱི་དབང་གིས་འདིར་གནས་  
 སྐབས་ལ་འཇུག་ཅེས་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་བཤད་པས་དཔང་  
 རྒྱུ་ཀྱང་འདྲ་ལྟར་ལྟར་འབྱུང་། འདི་ལའང་འགྲེལ་པ་  
 རྣམས་སུ་དོན་མ་གོ་བའི་འཆད་ཚུལ་རྣམས་པ་གཞན་དུ་  
 བྱས་པ་མང་དུ་འདུག་ཀྱང་། ཇི་བཞིན་གོ་བ་ཉིད་ཀྱིས་

འབྲུལ་པ་སངས་པར་འགྱུར་བས་དགག་བཞག་མི་  
སྒྲོལ། །

བྱ་དགའི་བྱད་པར་གཞན་བསྟན་པ།  
གཉིས་པ་བྱ་དགའི་བྱད་པར་གཞན་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།  
བ་ལང་གཅིན་གྱི་བྱ་དགའ་དང་། འཁོར་བའི་བྱ་  
དགའོ། །

བ་ལང་གཅིན་གྱི་བྱ་དགའ་བ།  
དང་པོ་ལ་མཆན་ཉིད་ནི།  
གལ་ཏེ་ཕྱད་ཀྱི་ཡི་གེ་རྣམས། །  
གཅིག་གིས་བར་ཆོད་གཟུགས་གཅིག་ཉིད། །  
དེ་ནི་བྱ་དགའི་དེ་ཉིད་རིག།  
བ་ལང་གཅིན་ཞེས་སྟེ་དཔེར། །

གལ་ཏེ་གཞུང་གི་དཔེར་བཅོལ་གྱི་སྐད་རྒྱུ་ལ་བཞི་པ་  
 ཉིད་གསལ་བྱེད་ཀྱི་རེའུ་མིག་འཕྲེད་དུ་བཅུ་དྲུག་དང་།  
 རྟེན་དང་འོག་དུ་གཉིས་སུ་བཅད་པའི་རྟེན་མར་རྒྱུ་  
 པ་ལྷ་མ་གཉིས་དང་། འོག་མར་རྒྱུ་ལ་བྱེ་མ་གཉིས་གོ་  
 རིམ་བཞིན་བཀོད་ནས་སྒྲིག་པའི་ཆེ་རེ་མིག་རྟེན་མའི་  
 ཐོག་མའི་ཡི་གེ་དེ་དང་པོར་བསྒྲགས། དེ་ནས་རིམ་པས་  
 འོག་མའི་ཡིག་འབྲུ་གཉིས་པ་དང་རྟེན་མའི་གསུམ་པ་  
 འོག་མའི་བཞི་པ་སོགས་འཕྲེད་ཀྱི་རེ་མིག་བཅུ་དྲུག་ལ་  
 ཡོད་པའི་གྱ་སྐད་རྒྱུ་ལ་གཉིས་པོ་རེ་རེས་བར་དུ་ཆོད་  
 པ་མཆོངས་ཤིང་རྟེན་མའི་འབྲུག་འབྲོས་སུ་བསྒྲགས་པ་  
 དང་། རེ་མིག་འོག་མ་དགྲུས་སུ་བསྒྲགས་པ་གཉིས་  
 གཟུགས་གཅིག་པར་འབྱུར་བ་དང་། ཡང་ཐོག་མ་ཁོ་  
 ནར་རེ་མིག་འོག་མའི་ཡི་གེ་དང་པོར་བསྒྲགས། དེ་ནས་  
 རིམ་པས་རྟེན་མའི་གཉིས་པ་འོག་མའི་གསུམ་པ་རྟེན་  
 མའི་བཞི་པ་སོགས་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེས་བར་ཆོད་པར་

མཆོངས་ཤིང་སྤར་བཞིན་འབྱོག་འགོས་སུ་བསྐྱགས་པ་  
དང་། རེ་མིག་སྤོང་མ་དགུས་སུ་བསྐྱགས་པ་གཉིས་  
གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་པར་གྱུར་པ་དེ་ཉིད་བ་ལང་  
གཅིན་ཞེས་པའི་བྱ་དཀར་དེའི་སྒྱུར་བ་རིག་ཤིང་ཤེས་  
པ་རྣམས་སྤྱི་ཞིང་ཐ་སྙད་བྱེད་དེ། བ་ལང་འགོ་བཞིན་  
པར་གཅིན་བཏང་བའི་ཆུ་རིས་དཔེར་བྱས་ཏེ་རེ་མིག་  
བཀོད་པའོ།

དེའི་རྣམ་པ་གསལ་བའི་ཕྱིར་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།  
གཞུང་གི་ཆུ་སྐད་རྒྱང་པ་བཞི་པོ་རེ་བྱ་མིག་ཏུ་བཀོད་པ་  
འདིའོ།

མདའོ་མདའི་རྒྱུ་ཏུ་མཐུ་རྒྱ་སྒྲིལ་ཡོད་ ཡི  
མདའོ་ཡདའི་ཏུ་རྒྱུ་ཏུ་མཐུ་རྒྱ་སྒྲིལ་ཡོད་ རྟེ

དེས་ན་འདི་ནི་སྤར་བཤད་ཟིན་པ་སྤར་བ་ལང་གཅིན་  
 གྱི་སྤྱོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། བོད་འགྲེལ་མང་པོར་སྤང་  
 པོའི་འགྲོས་ཞེས་བཀོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་འཐད་དེ། སྤང་  
 པོ་ཞེས་པ་སྤང་ཆེན་ཁོ་ནའི་མིང་ཡིན་ན་དེ་ལ་གོའི་སྤྱོ་  
 འདྲུག་པའི་སྤྱབས་གཏན་ནས་མེད་པ་ལ། འདི་རྒྱ་  
 དཔེར་གོ་ཞེས་བ་ལང་གི་སྤྱད་དོད་དངོས་སུ་འབྱུང་བ་  
 འགལ་ཞིང་། འདི་འབྲུལ་ཚབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་པའ་  
 ཆེན་གསེར་མདོག་ཅན་པ་ཤུག་མཆོག་ལྷན་པའི་རྣམ་  
 ཐར་ནའང་འདི་ལྟར་བའི་རྒྱ་མཆོན་ཐེབ་འདྲུག་པའི་  
 ཕྱིར། འབྲུལ་པ་འདི་དེ་དུས་ནས་ཡོད་འདྲུག་པས་ད་  
 དུང་ཀྱང་མ་ལོར་བ་གལ་ཆེའོ། །དཔེར་བཅོལ་པ་དེ་ཉིད་  
 བོད་སྤྱད་དུ།

ཆང་འདྲའི་མིག་ལྷན་བྱུར་མིག་གི།

མཚོན་གྱིས་འདོད་པ་འདི་རྒྱལ་ཏེ།

གལ་ཏེ་བདག་ཀྱང་སྒྲིག་ཟད་ན།

འདོད་པ་ལ་ནི་ཐལ་མོ་སྦྱར།

ཆང་གིས་སྦྱོས་པ་འདྲ་བའི་ཟེམ་བུའི་མེག་ལྡན་མཛེས་  
མའི་བྱར་མེག་ཉིད་ཆགས་པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པའི་བྱར་  
ཡིད་སྦྱབས་ཀྱི་མཚོན་ཆ་ཡིན་ལ། དེ་གང་ལ་ཡོད་པའི་  
འདོད་སྦྱེད་ལ་འདོད་པ་འདི་ཀྱན་ལས་རྒྱལ་ཞིང་འགྲོ་བ་  
དབང་དུ་བྱེད་དོ། །གལ་ཏེ་བདག་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་མཐུ་ལས་  
ཆགས་པའི་ཡུལ་འདི་དང་འགྲོགས་པ་ཐོབ་པས་འདོད་  
ཆགས་ཀྱི་སྒྲིག་པ་དེ་ཟད་པར་གྱུར་ན། དེའི་ཆོ་འདོད་  
པའི་སྦྱོད་ལ་དགའ་བའི་ཡིད་གྱིས་ཐལ་མོ་སྦྱར་བར་  
བྱེད་དོ། །ཞེས་འདོད་ལྡན་ནམ་འདོད་ལྡན་མ་འགའ་  
ཞིག་གིས་སྦྱས་པའོ།

འཁོར་བའི་བྱ་དཀར་བ།

གཉིས་པ་འཁོར་བའི་བྱ་དཀར་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད་  
མཉམ་དུ་བཤད། བྱེད་འཁོར་དཔེར་བཟོད། ཀུན་འཁོར་  
དཔེར་བཟོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

གལ་ཏེ་ཆོགས་བཅད་བྱེད་འཁོར་ན། །

བྱེད་དུ་འཁོར་བ་ཞེས་པར་བཟོད། །

གལ་ཏེ་ཀུན་དུ་འཁོར་བ་ན། །

ཀུན་དུ་བཟང་པོ་ཞེས་པར་འདོད། །

དེ་དག་གསལ་བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་རེད་མེད་སྟེང་འོག་  
བཞི་དང་། ཐད་ཀར་ཡང་བྱེད་སྒྲ་མ་ལ་བཞི། བྱེད་མ་ལ་  
བཞི་དང་བརྒྱད་བྱས་པ་ལ་བྱེད་དང་པོའི་འཁོར་ལོ་སྒྲ་  
བྱེད་རྒྱ་དཔེའི་དཔེར་བཟོད་རྒྱ་དང་པོའི་བྱེད་སྒྲ་  
བྱེད་སྒྲ་རེ་མེད་སྟེང་བཞི་པའི་བྱེད་སྒྲ་བྱེད་རྒྱ་དང་པོ་བཞི་





ནས། ཀྱང་པ་བཞི་པའི་ཕྱི་ཕྱི་མ་ཕྱི་བཞི་པ་ནས་ཐད་  
 ཀར་ལྷགས་འབྱུང་དུ་བསྐྱགས་པ་དང་། དེ་ཉིད་རེ་མིག་  
 བཞི་པ་ནས་ཐུར་དུ་འདོན་པ་གཉིས་འདྲ་བའི་བར་དུ་  
 གལ་ཏེ་འཁོར་ན་དེ་ནི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་ཀྱང་པ་  
 ཕྱི་ཕྱི་དག་བསྐྱར་ཞིང་། དེ་ཡང་རེ་མིག་ཕྱི་སྒྲ་མའི་  
 འཁོར་ལོ་ཡས་ནས་མར་འཁོར། ཕྱི་ཕྱི་མ་མས་ནས་  
 ཡར་འཁོར་བས་ཕྱི་དུ་འཁོར་བ་ཞེས་པར་བརྗོད་  
 ཏོ། །ཡང་རེ་མིག་དུ་ཡི་གེ་འགོད་ལྷགས་དང་། དེ་རི་  
 ལྷར་སྒྲོག་ཚུལ་སོགས་གཞན་ཐམས་ཅད་བཤད་ཟིན་མ་  
 ཐག་པའི་ཕྱི་འཁོར་དེ་རི་ལྷ་བ་ལ་མི་འདྲ་བའི་བྱད་  
 པར། རེ་མིག་ཕྱི་སྒྲ་མའི་སྟང་གི་ཕྱི་དང་པོ་ཐད་ཀར་  
 ལྷགས་འབྱུང་དུ་བསྐྱགས་པ་དང་། ཕྱི་ཕྱི་མའི་ཕྱི་  
 དང་པོ་ནས་ཡི་གེ་རྣམས་ཐད་ཀར་ལྷགས་སྒྲོག་དུ་  
 བསྐྱགས་པ་གཉིས་འདྲ་བ་ནས། འོག་གི་ཕྱི་བཞི་པའི་  
 རེ་མིག་ཕྱི་སྒྲ་མ་ལྷགས་འབྱུང་དང་ཕྱི་མ་ལྷགས་སྒྲོག་

ཏུ་བསྐྱགས་པས་འདྲ་བའི་བར་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིད་  
 སྤྱི་མའི་རེ་མེག་དང་པོའི་ཡི་གེ་ཐུར་དུ་བསྐྱགས་པ་དང་།  
 ཕྱི་མའི་དང་པོ་ཐུར་དུ་བསྐྱགས་པ་འདྲ་བ་ནས། གཉིས་  
 ཀའི་ཡང་རེ་མེག་བཞི་པའི་ཡི་གེ་དག་ཐུར་དུ་བསྐྱགས་  
 པ་འདྲ་བའི་བར་དང་། ཡང་དེ་དག་གོ་ཚྭ་སྟེ་ཐད་ཀ་  
 དང་གྲེན་དུ་བསྐྱགས་པའང་འདྲ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་རེ་  
 མེག་ཕྱིད་སྤྱི་ཕྱི་སོ་སོའི་སྟེང་བྱུར་གཡས་ནས་འོག་བྱུར་  
 གཡོན་དང་། སྟེང་བྱུར་གཡོན་ནས་འོག་བྱུར་གཡས་  
 དང་། དེ་དག་གོ་ཚྭ་པ་སོགས་མདོར་ན་གང་ནས་གང་  
 དུ་སྟོག་ཀྱང་ཐོགས་པ་མེད་པར་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ནས་  
 རྣམ་པ་ཀུན་དུ་གལ་ཏེ་འཁོར་བ་ན་ཀུན་དུ་བབང་པོའི་  
 འཁོར་ལ་ཞེས་པར་འདོད་དོ།

གཉིས་པ་དེ་དག་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། གཞུང་གི་རྒྱ་སྐད་  
ཆོག་ས་སྤུ་བཅད་པ་གཉིས་པོ་རྣམ་གསལ་རེབ་མིག་དུ་  
བཀོད་པའི་འཁོར་ལོ་འདི་དག་གོ།

མཚོ་སྐྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་  
ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་  
ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་  
ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་ལྷ་ཁྱེ་

དེ་ལྟར་དཔེར་བརྗོད་པའི་འཁོར་ལོ་འདི་དག་སྒྲིག་ཚུལ་  
མི་འདྲ་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བརྗོད་དོན་གྱི་དབང་དུ་  
བྱས་ན་ཕྱི་འཁོར་གྱི་སྐབས་སྤུ་  
མ་དུང་ཡིད་བྱུང་གྱིད་དར་བྱིར།

སྒྲེ་ནི་ཁེངས་ལྷན་མ་ཡིན་མིན། །

ཡང་ན་ཚད་དཔག་མེད་ནད་ཀྱི། །

འཇིགས་ལས་བདག་ཅག་སྒྲིག་པའི་དངོས། །

ཞེས་པ་ཁོ་ན་སྟེ་འདྲིའི་རྒྱ་དཔེ་རྒྱུ་པ་བཞི་པའི་མཐར་  
ཨ་ན་ཏེ། ཞེས་འབྱུང་བའི་སྒྲེ་འཇུག་ཡུལ་རྣམ་པ་གཉིས་  
སུ་ཡོད་པ་རྒྱ་འགྲེལ་དང་དཔང་རྒྱུ་ནས་རྒྱུ་བཤད།  
དེ་ཡང་། ན་ཏེ་འདྲུད་པ་དང་དེ་ལ་དགག་པའི་ཨ་སྒྲུབ་  
ན། རྒྱུ་སྒྲུ་ལའང་མ་བཟུང་པ་ཞེས་འདོད་སྟེ་ལ་བོད་པ་  
སྟེ། ལུས་མེད་ནི་ཀུན་ལས་རྒྱལ་བས་སོ། །ཡང་ན་ཨ་ཞེས་  
པ་ཁྱབ་འཇུག་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། ཉི་མའི་ནང་ན་བདག་  
ཁྱབ་འཇུག་སྐར་ནང་འོད་ལྷན་ལྷ་བ་ཡིན། ལྷུང་ནང་  
ན་ནི་འོད་ཟེར་ཅན། ལྷུང་བ་ཅན་ནང་ཉི་མ་ཡིན། རིག་  
བྱེད་ནང་ན་སྒྲུ་ཆོག་ང་། ལྷུ་ནང་ང་ནི་བརྒྱ་བྱེན་  
ཏེ། འདབ་པའི་ནང་ན་ཡིད་ཡིན་ལ། འབྱུང་བའི་ནང་

ན་སེམས་ཡིན་ཞིང་། །ང་ནི་བདེ་བྱེད་དྲག་པོ་འང་  
 ཡིན། །སྤྱིན་པོ་གཞོད་སྤྱིན་ནང་ཞོར་བདག་། །ཞོར་སྤྱི་  
 ནང་ན་མེ་སྤྱང་། །རི་བོའི་ནང་ན་ང་རི་རབ། །ང་ནི་ཡི་  
 གའི་ནང་ན་ཨ། །ཞེས་བྱ་བ་འཇུག་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱིས་པར་  
 གྲགས་སྤར་རོ། །ན་ཏེ་འདུད་པ་ལ་འཇུག་པས། ཀྱེ་བྱ་བ་  
 འཇུག་ལ་བརྟུང་པ་ཞེས་དང་། དེ་ཡང་འདོད་སྤྱིས་བྱ་བ་  
 འཇུག་ལ་བརྟུང་པའི་གཏམ་རྒྱུད་རྒྱ་གར་བའི་ཕྱི་རོལ་  
 པ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་ཡིན། དེས་ན་གཉིས་ཀ་ཡང་འདོད་  
 སྤྱི་ལ་འབོད་པའི་དོན་དང་། སྤྱིར་ཡང་ཀྱེ་ཡིད་ལས་བྱུང་  
 བ་ཞེས་བོད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱལ་སྤིང་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་  
 བྱ་བའི་ཕྱིར་ལྷས་ཅན་མཐའ་དག་འཇོམས་པར་བྱེད་  
 པའི་སྤེལ་མག་དཔུང་ནི་ཁེངས་པ་དང་ལྷན་པའི་བྱུང་  
 མེད་རྣམས་མ་ཡིན་པ་མེན་ཏེ་ཡིན་ཅོ། །ཡང་ན་ཁེངས་  
 པ་དང་བཅས་པས་འགྲོགས་སུ་མ་བརྟུབ་པའི་ཕྱིར་སྤྱི་  
 བསྐྱེལ་ཚད་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ནད་ཀྱི་བྱུག་རྒྱས་

འཇིགས་པ་སྐྱེད་པ་འདི་ལྟ་ན་བདག་ཅག་སྒྲིག་དངོས་  
ཏེ་སྐལ་བ་ངན་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་པའོ།

འདིའི་རྒྱུ་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་། རྒྱ་སྐད་རྒྱུ་པ་  
གསུམ་པར། ལྷ་ཡུ་ད་མེ་ཡུ་མུ་མུ་བ། ཞེས་འབྱུང་བའི་ལྷ་  
ཡུ་འཇིགས་ལས། ཨ་མེ་ཡ་དཔག་མེད། ཨ་མུ་ཚད་  
མེད། ཨ་མུ་ནད་ནམས། ལྷ་ཡང་ན་ཞེས་འབྱུང་བ་  
བསྐྱེད་ནས་དག་པར་བཅོས་པའོ། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་  
བཟང་འཁོར་ལོ་ཡང་སྒྲིག་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཐམས་ཅད་  
བརྗོད་དོན་གྱི་དོས་ནས། རྒྱུ་པ་འདི་མེན་པའི་དགའ་མ་  
གང་། བདུད་རྒྱལ་མ་ལུང་བཟོད་བསྐྱེད་མ། སྐྱེ་མེད་  
སྟོབས་ལྷན་སྐྱེ་གནས་ཏེ། སྐྱེ་དང་ལྷན་ཅིག་འཆི་སྐད་  
དུའོ། ཞེས་པ་འདི་ཁོ་ན་སྟེ། དེ་ཡང་དགའ་མའི་བྱུང་  
པར་ཆགས་པའི་གདུང་བས་གཟེར་བའི་ནད་རིང་ཞིང་  
རྒྱས་པ་མེན་མ་སྟེ། ཆགས་ཚུང་བས་བདུད་འདོད་སྟེ་

རྒྱུ་མ་ལྷུང་བ། འདོད་པ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྐྱེས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་བགོད་པ་བསྒྲུག་པ་དང་། འབྲིག་ཆོག་གི་  
 གཏམ་སྒྲ་བའི་སྒྲ་མེད་མ། དེ་ལྟ་ནའང་སྟོབས་དང་ལྷན་  
 པའི་མཛེས་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ་ཐབས་དུ་མས་གཞན་ཡིད་འཕྲོག་  
 ཀྱང་ནམ་ཡང་འགྲོགས་པ་མི་ཐོབ་མ་འདིས་སྒྲ་བ་རྒྱས་  
 པ་དང་ལྷན་ཅིག་བསྒྲུང་ནས་འདོད་ལྷན་བདག་འཆི་  
 བར་བྱེད་པའི་སྒྲ་དུ་འོངས་པ་ཞིག་གོ། ཞེས་དེ་འདྲའི་  
 དགའ་མ་ལ་ཀུན་དུ་ཆགས་ཀྱང་འགྲོགས་པ་མ་ཐོབ་  
 པའི་སྐྱེས་པ་གཞན་ཞིག་གིས་བརྗོད་པ་ལྟར་བྱས་པ་སྟེ་  
 སྤུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་ནོ། །འཁོར་ལོ་འདི་གཉིས་ལས་གཞན་  
 འཇམ་དབྱངས་ཁ་ཆེའི་འགྲེལ་པར་ཤོད་སྟོན་གྱི་བཞེད་  
 པ་བེ་དཔྱའི་ལྷགས་ཡིན་པར་གྲགས་པའི་ཀུན་འཁོར་  
 དབྱེབས་གྱུ་བཞི་པ་ཅན་དང་། པརྟེ་ཏ་རིག་བྱེད་རྒྱ་  
 མཆོའི་གསུང་ལས་རྟེན་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ཀའི་རའི་ལྷགས་  
 སུ་གྲགས་པའི་ཀུན་འཁོར་དབྱེབས་སྒྲུམ་པོ་ཅན་དེ་



གཉིས་ལ་ཕྱི་རབས་པ་ཀུན་དགའ་ཞིང་འབད་པས་སྦྱར་  
 བར་བྱེད་མོད་ཀྱང་། འདི་དག་ནི་བོད་པའི་རྟོག་བཟོ་  
 ཅམ་ཞིག་འདྲ་མོད། འོན་ཀྱང་སྒྲིན་གྱི་མཁས་པ་དེ་དག་  
 གིས་རྒྱ་གར་པར་ཏའི་གསུང་རྒྱན་དུ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་  
 པས་དེ་ལྟར་མེན་པའི་ཁ་ཚཱ་རང་ཅི་ལ་ཚོད་ཀྱང་  
 གཞུང་གི་དངོས་བསྟན་མ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་  
 ཀ་ན་དེ་འདྲའི་སྒྲིས་ཡེ་མི་སྤང་བས་འདིར་ནི་མ་བཞོད།  
 ཤེས་པར་འདོད་ན་བོད་འགྲེལ་སྤྲུལ་སྤྲོས་ལས་རྟོགས་  
 པར་བྱའོ། རྒྱུར་འཁོར་ལོ་འདི་དག་གི་སྒྲོག་ཚུལ་མི་འདྲ་  
 བ་འདི་རྣམས་ཀྱང་། སྤར་ལེན་བར་པའི་རབ་སྤེལ་རྒྱན་  
 གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་ཟེན་པའི་དཔུང་ཚོགས་ཡན་ལག་  
 བཞི་པོ་འཐབ་མའི་དོན་དུ་ཡུལ་གྱི་བྱེ་བྲག་བགོས་ནས།  
 འཕྱུལ་ཐབས་གྱིས་བསྐྱར་བ་དང་། མཚོང་པའི་བཞོད་  
 པ་མི་འདྲ་བ་དུག་གི་ནང་ཚན་སྦྱུལ་དང་དཀྱིལ་འཁོར་  
 ཅན་གྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་པར་བཤད་དེ། འགྲེལ་པ་འདོད་

འཛོམ་། བ་ལང་གཅིན་དང་། ཀུན་སྦྱོང་དང་། ཤ་ཀ་ཏ་  
དང་། དམུལ་བ་དང་། ལྷང་བྱེད་དེ་ལྷ་ནི་སྦྱུལ་གྱི་དབྱེ་  
བ་རྣམས་སོ། ། ཀུན་བཟང་དང་རྒྱལ་དཀར་གཉིས་ནི་  
དཀྱིལ་འཁོར་ཅན་གྱི་དབྱེ་བའོ། ། ཁྱེས་འབྱུང་ངོ་། །

དབྱུངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་དཀར་བ།

གསུམ་པ་དབྱུངས་སོགས་ངེས་པའི་བྱ་དཀར་ལ་གཉིས།  
མཚན་ཉིད་དང་། དཔེར་བཞིན་དོ། ། དང་པོ་ནི།

དབྱུངས་དང་གནས་དང་ཡི་གེ་རྣམས། །

ངེས་པ་གང་འདི་བྱ་དཀར་ལ། །

བཞི་ལ་སོགས་པ་རབ་བསྟན་འདི། །

གཞན་ནི་བྱ་སྦྱང་དག་ཏུ་འདོད། །

དབྱངས་ནི། ཨ་ཨྱ་ཨི་ཨྱི་ཨུ་ཨྱ་ཨེ་ཨི་ཨོ་ཨྱི་རྣམས་  
 སོ། །གནས་ནི། ཨ་ཨྱ། ཀ་ཁ་ག་གླ་ང་། ཏླ། རྣམ་པར་  
 བཅད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་མགོན་པོ། །ཨི་ཨྱ། ཨི་ཨྱ།  
 ཅ་ཆ་ཇ་ཇླ་ཉ། ཡ་ཤ་རྣམས་ཀྱི་ཀན་ལོ། རི་རྒྱ། ར་ཅ་ཇ་  
 ཇླ་ཉ། ར་ཏླ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བོ། །ཨུ་ཨྱ་ཨོ་ཨྱི། བ་ཕ་བ་གླ་  
 མ། མ་ཏླ་རྣམས་ཀྱི་མཆོལ། །ལི་ལྷི། ཏ་ཐ་ད་ཇླ་ན། ལ་ས་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་སོ། །ཡི་གེ་ནི། ཀ་ཁ་ག་གླ་ང་། ཅ་  
 ཆ་ཇ་ཇླ་ཉ། ར་ཅ་ཇ་ཇླ་ཉ། ཏ་ཐ་ད་ཇླ་ན། བ་ཕ་བ་གླ་མ།  
 ཡ་ར་ལ་མ། ཤ་ཏླ་ས་ཏླ་ཏླ་རྣམས་སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་  
 དབྱངས་དང་གནས་དང་ཡི་གེའམ་གསལ་བྱེད་ངེས་པ་  
 ཅན་འདི་ཡང་བྱ་དཀའ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་  
 དབྱངས་སོགས་གསུམ་པོ་དེ་ཉིད་བཞིར་ངེས་པ་དང་།  
 སོགས་པས་གསུམ་དང་། གཉིས་དང་གཅིག་ཏུ་ངེས་  
 པར་རབ་ཏུ་བསྟན་པ་གང་འདི་རྣམས་བྱ་དཀའ་བ་སྟེ།

ཕྱ་ཕན་ཆད་དུ་ངེས་པ་གཞན་ནི་བྱ་སྒྲ་བ་དག་དུ་འདོད་  
དོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་གསུམ། དབྱངས་ངེས་པ།  
གནས་ངེས་པ། གསལ་བྱེད་ངེས་པའོ། །

དབྱངས་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་བ།

དང་པོ་དབྱངས་ངེས་པ་ལའང་བཞིར་ངེས་པ། གསུམ་  
དུ་ངེས་པ། གཉིས་སུ་ངེས་པ། གཅིག་དུ་ངེས་པའོ། །

དེ་ལས་དང་པོ་དབྱངས་བཞིར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ། །

ཐི་ཏི་རྩི་ཏི་རྩི་ཏི་ཏི་ཏི། །

སྟོ་གོ་རོ་གོ་མོ་དོ་མོ་ནོ། །

ཆེ་ཡེ་རྩེ་ཆེ་དེ་ཤེ་ཤེ་མེ། །

ཞེས་པས་རྒྱུ་པ་བཞི་པོའི་སྒྲིག་གི་དབྱངས་རྣམས་རིམ་  
པ་བཞིན་ལྷ་དང་ལྷ་དང་ཨོ་དང་ཨེ་སྟེ་བཞིར་ངེས་  
པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་རྒྱུ་དུ།

རིག་བྱེད་རྣམས་མཐར་སྒྲིམ་པའི་ཆོག།

སྒྲུ་དང་ཡམས་ནད་འཇིགས་དགའ་ཡིས།།

མོངས་སྒྱུད་ནད་དང་དགའ་དང་མོངས།།

དགོ་བའི་ཡུལ་དུ་སེམས་འདོད་བྱུང་།།

ཞེས་པ་སྟེ་རིག་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་ན་ཡོད་པའི་ཆོག་  
དེ་སྒྲུར་ལེན་པའི་ཆོ། སྒྲུ་སྒྲིག་པའི་ཆོག་གཤངས་ཡིད་  
འཕྲོག་པ་དེ་ལ་ཞེན་ཅིང་ཆགས་ན་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་བ་  
དེ་དང་བྲལ་བའི་ཆོ་སྒྲུག་བསྐྱེད་དང་སྒྲུ་དན་སྒྱེད་པས་  
ཡམས་ནད་ཡིན་ཏེ། ཇི་རྒྱུ་དུ། ཀྱེ་མ་འཇིག་ཏེན་ཉིན་  
མོངས་དག། གནས་པ་མི་བརྟན་མི་དགར་འགྱུར། ཀྱུ་མུ་

ཏ་ཡི་དཔལ་འདི་ཡང་། །དྲན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། །ཞེས་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་ལ་ཀྱ་མུ་ཏར་གྲགས་པའི་  
 དགའ་སྟོན་གྱི་བྱང་པར་ཞིག་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་དེའི་  
 ཆེ་ཁོ་ན་ལས་དེ་པན་ཆད་དུ་ཉམས་སུ་མི་སྐྱོང་བས་དེ་  
 དུས་ཀྱི་བདེ་སྦྱིད་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་  
 ཕྱིར་དེ་མ་ཐག་འཇོག་དེ། དེའི་ཆེ་འདི་ལྟར་བྱང་བ་ལ་  
 ཞེས་དྲན་པའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པས་མི་དགའ་བའི་རྒྱར་  
 གསུངས་པ་སྟ་བུ་དང་། གཞན་ཡང་ཡུལ་ཡིད་དུ་འོང་  
 བ་ལ་སྐྱོད་པས་དེ་ཉིད་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནི། དེ་དག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བརྟེན་པ་དང་འཆིང་བ་དང་གསོད་པ་ལ་  
 སོགས་པ་འཇིགས་སྒྲག་དུ་མའི་རྒྱར་གྱུར་པས། དེ་སྟ་  
 བའི་སྐྱོད་ཞེན་ནི་ཡུལ་ལ་འོངས་སྦྱོད་པའི་རང་འབྲས་  
 གྱི་ནད་ཡིན་ཏེ། འདོད་ལྡན་རྣམས་ལ་དེ་ལ་  
 སོགས། །ཉེས་དམིགས་མང་བ་མཐོག་ཆུང་སྟེ། །ཤིང་རྟ་  
 འདྲེན་པའི་ཕྱག་དག་གིས། །རྩ་ནི་ཁམ་གང་ཐོས་པ་

བཞིན། །ཞེས་པ་སྟར། སྤྱག་བསྐྱལ་ལ་བདེ་བར་འཛིན་  
 པའི་དགའ་བ་དང་། དེ་ཉིད་སྤྱག་བསྐྱལ་གྱི་རྒྱར་མི་ཤེས་  
 པའི་ཚྭ་ངས་པ་སྟེ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་དུ་འཇུག་པ་སྟོན་པའི་  
 ཚེག་རྣམས་ཀྱང་དེ་དག་གིས་སྤྱ་བར་བྱེད་མོད། །དེས་ན་  
 དེ་འདྲའི་ཡུལ་གྱི་རྗེས་སུ་སེམས་མ་ཡེངས་པར་དགོ་  
 ཞིང་ཞི་བ་ཐར་པ་དམ་པའི་ཡུལ་ལ་སེམས་འདོད་ཅིང་  
 འདུན་པ་ཉིད་ལེགས་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བབྱང་བར་བྱའོ། །ཞེས་སྤྱ་ཞིང་སྟོན་པའོ། །སྐབས་འདིར་  
 དཔང་རྒྱུ་དུ་འཁོར་ཉན་པས་སྤྱས་པ་ཞེས་གསུངས་པ།  
 དབྱངས་བདུན་གྱི་ནང་ཚན་སྤང་པའི་སྤྱ་དང་མཚུངས་  
 པ། སྤྱ་དེས་སྤྱ་དབྱངས་རྣམ་པ་གཞན་དུ་འགྱུར་བའི་  
 བྱེད་པའི་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་དབྱངས་འཁོར་ཉན་དུ་  
 གྲགས་པ་ལ་གོ་ཞིང་འཁྲལ་ན་མི་རུང་སྟེ། རྒྱ་མཚན་སྤྱ་  
 དབྱངས་འཁོར་ཉན་དེའི་ལེགས་སྤྱར་ནི་ལྟ་ད་ཡིན་  
 ཅིང་། རང་གི་སྤྱིའི་འགྲེལ་བར་ཟུ་པ་ནི་ལྟ་ཅེས་འབྱུང་བ་

དཔང་ལོས་འཁོར་དུ་བསྐྱར་ནས་འཁོར་ཉན་པ་པོས་  
ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། སྤྱི་འཁོར་ཉན་གྱི་སྒྲོས་ཡེ་མེད།  
འོན་ཀྱང་ཟུ་པ་ནི་ཤང་ཅེས་པའི་རིག་བྱེད་གྱི་མཐའ་ལ་  
འབྱུག་པས་ཆོག་ལྷ་མའི་གསལ་བྱེད་དུ་སྐྱར་བ་ལས་  
འཁོར་གྱི་དོན་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། སྐབས་འདིར་ཡང་  
དཔང་ལོ་ཆེན་པོའི་ཐུགས་ལ་འབྱུང་བ་བག་ཙམ་བྱུང་  
བར་མངོན་ནོ། །

གཉིས་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཁྱི་ཏི་བེ་ཇི་ཏི་སྤྱི་ཏི་བེ་ཏི་ཏི། །

བྲ་ཏ་ར་ཏ་ཡུལ་ར་ག་ཏ་ཡུ། །

ཟུ་ཅ་ཅ་ཅ་རྒྱ་ཅ་དུ་རྒྱ་ལུ། །

སྤ་མ་རི་ཀུ་ལི་ཡུ་རྟི་ཀུ་ར་ལུ། །



ཞེས་པའི་རྒྱལ་པ་སྤྲེལ་གསུམ་ལ་སྤྲོག་གི་དབྱངས་ཨི་  
དང་ཨ་དང་ཨུ་སྟེ་གསུམ་དུ་ངེས་ཤིང་རྒྱལ་པ་བྱེལ་དེ་  
དག་ཅི་བདེར་བྱས་པའོ། །ཐོད་སྐད་དུ།

ས་ལས་རྣམ་རྒྱལ་བརྟན་པ་སྐྱབ་བྱེད་པའི། །

བརྟུལ་ཞུགས་ལ་དགའ་མཆོག་རྟོགས་ཀྱ་རུ་པས། །

གཡུལ་དུ་རང་གི་དབྱ་ཡི་རིགས་རྣམས་ནི། །

ཆེ་བར་བཀག་ཅིང་སྦྱི་བར་འདར་བར་བྱས། །

ས་གཞི་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་ཏེ་དབང་དུ་བྱས་ཤིང་  
བརྟན་པའམ་སྦྱི་ཏེ་ཞེས་རྒྱ་དཔེར་འབྱུང་བ་ལྷགས་  
ལའང་འཇུག་པའི་བྱེད། རྒྱལ་སྤིད་ཀྱི་བྱ་བ་ལྷགས་དང་  
མཐུན་པ་ཉིད་གདོན་མི་ཟ་བར་བྱ་དགོས་པས། དེ་  
བཞིན་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་སམ་ངེས་པ་  
ལ་དགའ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཡོན་ཏན་དང་སྦྱོན་རྣམ་པར་

འབྱེད་པ་འི་ཤེས་རབ་ཅན་གྱ་རུ་པ་སྦྱ་ངན་པ་འི་རྒྱལ་  
 བོས་གཡུལ་དུ་རང་གི་དགའ་འོ་རིགས་རྣམས་པལ་ཆེར་  
 བསང་ཅིང་ལྷག་མ་རྣམས་ཀྱང་གཡུལ་ངོ་དེ་ཉིད་ནས་  
 རྩོགས་གཞན་དུ་འང་འབྱོས་སུ་མ་སྟེར་བར་ཆེ་བར་  
 བཀག་ཅིང་། རྩེ་བའམ་ཆེས་ཆེར་འདར་བར་བྱས་ནས་  
 ཟེལ་གྱིས་མནན་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་རྒྱལ་པོ་འདི་ཉིད་  
 གཡུལ་འབྱེད་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་མཁས་ཤིང་དཔའ་བ་ལ་  
 བསྐྱབས་པ་སྟེ། འདི་ནི་སྦོན་སྦྱ་བསེང་བུ་སྦྱན་ལྗང་  
 གཡུལ་འབྱེད་མཁན་གྱི་རྒྱལ་པོ་སྦྱ་ངན་དཔུང་ཚོགས་  
 ཡན་ལག་བརྩ་གཉིས་ཅན་དུ་གྲགས་པ་དེ་ཡིན་པས་གྱ་  
 རུ་པ་ཞེས་བྱ་ཡི། འབྲེལ་པ་ལ་ལར་གྱན་ཏུ་ས་ཞེས་བྲིས་  
 པ་ནི་མི་འཐད་དོ། །

གསུམ་པ་གཉིས་སུ་ངས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྟེ་དྲི་བླ་སྟེ་གྲི་ཞི། །

རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། །

ཨི་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། །

ཨི་རྩི་རྩི་རྩི་རྩི། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་ལྷ་མ་གཉིས་ཀྱི་དབྱངས་ཨི་དང་། མྱེ་  
མ་གཉིས་ཀྱི་དབྱངས་ཨི་རྩི་གཉིས་སུ་ངེས་པའོ། །འོད་  
སྒྲུབ།

དཔལ་གཟེ་ངོ་ཚ་གྲགས་དང་། །

སྒྲོ་ལྷགས་ཚེག་དང་དགའ་དག། །

ཁྱོད་ལ་འཕེལ་བ་གཉིས་གང་། །

འདི་གཉིས་སྒྲ་དབང་ལ་མེད། །

དཔལ་རྩི་འབྱུང་པ་ཕུན་སུམ་ཚེགས་པ་དང་གཞན་ཟེལ་  
གྱིས་གཞོན་པའི་གཟེ་བརྩིད་དམ་རྒྱལ་ཕུན་གཞན་གྱི་

མགོ་ལ་ངལ་བསོ་བའི་བཀའ་དག་དང་། བྱ་བ་མ་ཡིན་  
པ་ལ་འཛེམ་པའི་ངོ་ཚ་དང་། ཀྱན་གྱིས་ཡོན་ཏན་  
བཟོད་པའི་གྲགས་པ་དག་དང་། སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱ་  
ནམ་པར་འབྱེད་པའི་སྒྲིའི་ཤེས་རབ་དང་། དེ་ལས་བྱུང་  
བ་སྡེ་གསུམ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ལྷགས་སྒྲིལ་ཡང་  
དག་པ་དང་། ཚོག་སྟན་ཅིང་འཇིག་རྟེན་སྤྱད་པར་བྱེད་  
པ་དང་། དེ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་འཇུག་པའི་དགའ་  
བ་སྡེ་བྱོད་ལ་འཕེལ་བ་གཉིས་གཉིས་སུ་བཅད་པ་ཇི་  
ལྟར་ཡོད་པ་འདི་ཉིད་ལྟ་ནམས་ཀྱི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་  
ལ་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་སུ་ལྱུང་གི་རྒྱན་གྱིས་རྒྱལ་པོ་ཞིག་  
ལ་བསྟོད་པའོ། །

བཞི་པ་དབྱངས་ལྷ་གཅིག་ཤུར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

སྒྲ་སྒྲ་ཡྲ་སྒྲ་སྒྲ་ཡྲ་སྒྲ་སྒྲ། །

སྒྲ་རྒྲ་སྒྲ་ཡྲ་ཡྲ་རྒྲ་རྒྲ་སྒྲ། །

ཡཱ་རྩ་སྩ་རྩ་རྩ་སྩ་རྩ་ཡ། །

སྩ་ཡཱ་རྩ་སྩ་སྩ་རྩ་ཡཱ་སྩ། །

ཞེས་པ་སྟེ་སྤར་ཀུན་བཟང་འཁོར་ལའི་དཔེར་བཟོད་དེ་  
ཉིད་དོ། །འོད་སྐད་ཀྱང་།

ནད་རིང་མེན་པའི་དགའ་མ་གང་། །

བདུད་རྒྱུར་མ་སྤྱང་བགོད་བསྒྲུག་མ། །

སྤྱ་མེད་སྟོབས་སྤན་སྤྱ་གནས་ཏེ། །

སྤྱ་དང་སྤན་ཅིག་འཆི་སྤད་དུའོ། །

ཞེས་པའི་བཟོད་བྱ་ཡང་སྤར་དང་མཚུངས་པ་ཉིད་དོ། །

གནས་ངེས་པའི་བྱ་དགའ་བ།

གཉིས་པ་གནས་ངེས་པ་ལ་ཡང་བཞི་ལས། དང་པོ་  
བཞིར་ངེས་པ་ལ་ཡང་བཞི་ལས། དང་པོ་བཞིར་ངེས་པ་  
ནི། རྒྱ་དཔེར།

ན་ཡ་རྒྱ་རྒྱ་ཇ་ན་ནི།

ན་ལྷ་ཏ་ག་ཏ་ལྷ་ལི་ནི།

ཨ་ལྷ་ནི་ག་ག་ནི་དྲི་ལྷ།

རྒྱ་ནི་དྲི་ཡ་དྲི་ས་ཀྱི་ཏ།

ཞེས་པ་འདིའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལས། ན་ཏ་ལ་ས་རྣམས་སོ་  
དང་། ལྷ་ཏ་རི་ཏ་རྣམས་སྦྱི་བོ་དང་། ཨ་ལྷ་ག་ལྷ་ང་ག་  
རྣམས་མགོན་པ་དང་། ཨི་ཨི་ལྷ་ཡ་ཇ་ཤ་རྣམས་ཀྱི་ན་  
ལས་ཏེ་གནས་དེ་བཞི་པོའི་སྦྱི་གནས་ཅན་དུ་ངེས་  
པའོ། །བོད་སྐད།

འདྲེན་བྱེད་ཀུན་དགའ་སྦྱིད་བྱེད་མ། །

རྒྱ་སྐར་ཚླགས་ནྟམས་དག་གི་གནས། །

སྤྱན་མེད་མཁའ་ལ་ལྷས་ཅན་མ། །

ལན་གཅིག་མིག་ནི་སྤྱན་པར་མཛོད། །

ཀྱེ་ལྷས་ཅན་མ་འདྲན་བྱེད་དེ་སྤྱ་ཞིག་གིས་བཟླས་པ་  
དེའི་མིག་ལ་ཀྱན་དགའ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱ་སྐར་  
ཀྱེ་ཚླགས་ཀྱེ་གནས་སྤྱ་གྱུར་པ་དང་། སྤྱན་མེད་པ་སྟེ་  
བྱེད་པར་གསུམ་དང་ལྷན་པའི་ནམ་མཁའ་འདི་ལ་བྱོད་  
ཀྱེ་མིག་ལན་གཅིག་སྤྱན་ཅིང་བཟླ་བར་མཛོད་ཅིག་དེས་  
ནམ་མཁའ་བྱོད་ཀྱེ་མཛོས་པས་ཆོམ་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་  
བའི་བྱུར་ལན་གཅིག་ལྟ་བུས་ནམ་མཁའ་རྗེས་སྤྱ་བྱུངས་  
ཤིག། ཅེས་ངོ་འཕང་དམའ་བའི་མཛོས་མ་ཞིག་ལ་  
འདོད་ལྷན་གྱིས་ཕུལ་བྱུང་གི་རྒྱན་གྱིས་ངོ་བསྟོད་སྤྱས་  
པའམ་ཡང་ན་བཞད་གད་བྱས་པའོ། །

གཉིས་པ་གནས་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་ལི་རྒྱ་ལྷ་ལ་ཀ་ལ་ཏྟ། །

ཀ་རྒྱ་ཏྟེ་གླ་ན་སྟ་ནི། །

ཨྲ་ན་འྲ་ན་ལི་ན་རྒྱ་ལ། །

ན་ལ་འྲ་ཤ་ཤི་ཀྲ་རྒྱ་ཏྟ། །

ཞེས་པའི་ཡི་གེ་ཨ་ཨྲ་ཀ་གླ་ཏྟ་རྒྱམས་མགིན་པ། ར་ཏ་ལ་

ས་རྒྱམས་སོ། །ཨི་ཡ་ཤ་རྒྱམས་རྒྱ་ཏྟ་སྟེ་གནས་དེ་

གསུམ་དུ་ངེས་པའོ། །འོད་སྒྲིང་།

རྒྱ་སྟེ་གློད་གདོང་ལན་བྱ་ཡི། །

འབྲི་ཤིང་བྱང་བ་ལྷར་སྟོ་ཞིང་། །

འདྲེན་བྱེད་པརྒྱའི་གཟུགས་བརྟན་ཅན། །

ལྷ་ལྷར་མཛེས་པས་སྟུ་མ་བཅོམ། །



ཀྱི་རྒྱ་རྒྱལ་མ་ཞེས་བོད་ནས། བྱོད་ཀྱི་བཞིན་རས་ཟླ་བ་  
ལྟར་དཀར་ཞིང་མཛེས་པའི་ངོགས་ན་ལན་བྱ་ནི་གཡོ་  
བ་ལ་སོགས་པས་འབྲི་ཤིང་ཡིན་ལ། དེ་བུང་བ་ལྟར་སྟོ་  
བ་ཅན་དང་། འདྲིན་བྱེད་དེ་མིག་པར་ལྟར་མཛེས་པས་  
དེའི་གཟུགས་བརྒྱན་ཅན་རྣམ་པ་འདི་ལྟ་བུས་འདོད་  
ལྡན་སྲུ་ཞིག་མ་བཅོམ་སྟེ་ཐམས་ཅད་བཅོམ་མོ། །ཞེས་  
པའོ།

གསུམ་པ་གནས་གཉིས་སྲུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་ནུ་ལྟ་རྒྱ་ལྟ་རྒྱ།

རྒྱ་རྒྱ་ཏུ་ས་དུ་རྒྱ།

ས་དྲ་ན་སྟ་ས་དྲ་ན།

ན་དྲ་སྟ་ས་དྲ་ས་དྲ།

ཞེས་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་ལས་ཨ་ཨྱ་ཀ་ག་གླ་རྣམས་མགྲིན་  
པ། ར་ལ་ས་ད་ཏ་རྣམས་སོ་སྟེ་སྟེ་གནས་གཉིས་ཁོ་ནར་  
ངས་པའོ། །བོད་སྐད།

ཏྱ་ག་ཏུ་ཕྱིག་མེད་ཀུན་དགའ་མཆོག་།

ལྷས་དུད་དག་དང་འགྲོགས་ལ་ཆགས། །

བཙུན་མོ་ལྷས་མེད་ཀྱིས་དགོངས་ཏེ། །

འཇིགས་པ་དུ་མས་རེག་པར་གྱུར། །

ཀྱེ་ཏྱ་ག་ཏུ་ཕྱིག་པ་མེད་པ་ཞེས་དང་། ཀྱེ་ཀུན་དགའ་  
མཆོག་ཅན་ཞེས་དང་། རུ་མའི་ཁྱར་གྱིས་ལྷས་དུད་པའི་  
གཞོན་རུ་མ་རྣམས་དང་སྟེ། གཞན་གྱི་ཚུང་མ་དང་  
འགྲོགས་པ་ལ་ཆགས་པ་ཞེས་བོས་ནས། བྱོད་ཀྱི་བཙན་  
མོ་ལྷས་མེད་འདོད་པས་དགོངས་ཏེ། འཇིགས་པའི་  
གདུང་བ་སྣ་ཆོགས་པས་རེག་པར་གྱུར་པ་འདི་ལ་རྗེས་

སུ་བཅེ་བར་བྱོས་ཤིག། ཅེས་གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ཁོ་ན་ལ་  
ཏྲག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་འགའ་ཞིག་གིས་  
སྤྲུལ་པ་ལྟར་བྱས་པའོ། །

བཞི་པ་གནས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨ་གུ་གུ་རྒྱ་རྒྱ་གུ་གུ་ག། །

གུ་ཏྲ་གུ་ཏྲ་གུ་གུ་གུ་གུ། །

ཨ་ཏྲ་ཏྲ་རྒྱ་ཁ་གུ་རྒྱ་ག། །

ཀི་གུ་ག་ཁ་ག་གུ་ག་ག། །

ཞེས་པའི་ཡི་གེ་རྣམས་མགྲིན་པའི་སྐྱེ་གནས་ཅན་ཁོ་ན་  
ཡིན་པས་གནས་གཅིག་ཏུ་ངེས་པའོ། །བོད་སྐད་དུ།

ཏྲ་ཏྲ་མི་སྐྱོག་མཁའ་འགྲོས་མཚན། །

རི་འགྲོ་དབང་འཁྱོག་ལྡན་མ་ཆགས། །

འཁྱོག་སྒྲིག་གཞུང་ཁྱེ་ཆུང་འཇུག་སྒྲིག །

བྱ་རོག་འཛམས་པ་མཐོ་རས་འགྲོ། །

དུ་དུ་ནི་བོད་སྐད་ལྟར་ན་གྲེ་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་ངན་གྲེ་  
བརྗོད་པ་སྟེ། དེ་མི་སྒྲིག་པས་གྲེ་ལྟ་ངན་དང་བྲལ་བ་  
ཞེས་དང་། མཁའ་འགྲོ་ནི་ཉི་མ། དེས་མཚན་པའི་རི་ནི་  
རི་རབ་ལྷན་པོ། འགྲོ་བ་ནི་དེའི་སྟེང་དུ་ཁྱོད་གྲེ་གྲགས་  
པ་འགྲོ་བའི་དོན་ཏེ། དེ་ན་གནས་པའི་ལྷ་རྣམས་གྲེས་  
བརྗོད་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་དེའི་ཡོན་ཏན་སྒྲིག་པ་  
ལ་བསམས་པ་སྟེ་དེའི་བྱར། གྲེ་ཉི་མས་མཚན་པའི་རི་  
དབང་ལྷན་པོའི་སྟེང་དུ་འང་ཁྱོད་གྲེ་གྲས་པས་བྱུང་བ་  
ཞེས་དང་། ཡང་མིག་གི་དབང་པོ་འཁྱོག་པོར་ལྟ་བའི་  
བྱར་མིག་དང་ལྷན་པ་ནི་བྱད་མེད་རྣམས། གྲེ་བྱད་མེད་  
ལ་མ་ཆགས་པ་ཞེས་དང་། ཡང་འཁྱོག་པོར་འགྲོ་ཞིང་  
ཀུན་ནས་ར་སྒྲིགས་པ་ནི་གཞུང་ཁྱེ་ཆུང་། དེས་དེ་ལ་བྱས་

བྱས་པའི་ཕྱིར། གྱེ་གཞུང་འཁྱེད་ལ་འཇུག་པ་ཐོབ་པ་ཞེས་  
བོད་ནས། བཟོད་དོན་དངོས་ཤིག་པ་ནི་སྤང་པར་འོས་  
ཤིང་སྤང་བྱར་བྱུར་ལ་དྲི་མས་གོས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
ནག་པོ་སྟེ། དེ་དང་ཁ་དོག་གི་ཚས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
ཤིག་པ་བྱ་རོག་གི་གཟུགས་སུ་བཀོད་ནས་གཞུང་འཁྱེད་  
དོགས་ལ་བྱས་བྱས་པ་ན་མས་ཤིག་པ་དག་ནས་མཐོ་  
རིས་སུ་འགོ་བར་བྱེ་རོལ་པ་ལ་གྲགས་པའི་ཕྱིར་འདྲིར་  
ཡང་། བྱོད་ནི་གཞུང་ལ་འཇུག་པ་ཐོབ་པས་ཤིག་པའི་བྱ་  
རོག་བཅོམ་བེན་པ་དེའི་ཕྱིར་ད་བྱོད་མཐོ་རིས་སུ་  
འགོ་འོ། །ཞེས་སྟོན་པའོ། །འདྲིར་འགའ་ཞིག་རྒྱ་རྒྱ་ཞེས་  
པ་མུ་ཅོར་སྤྱོད་པ་ལ་འཇུག་ཅེས་འཆད་པ་ནི་གཏན་ནས་  
མི་འཐད་དོ།

གསལ་བྱེད་ངེས་པའི་བྱ་དཀའ་བ།

གསུམ་པ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ངེས་པ་ལའང་རྣམ་པ་  
བཞི་ལས། དང་པོ་བཞིར་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

རེ་རེ་རོ་རྩ་རྩ་རྩ་རོ་རྩ། །

གྲ་གོ་གོ་ཉ་གྲ་ག་གོ་ཉ་ག་གུ། །

གི་རྒྱེ་གྲ་གྲ་གྲ་གུ་གུ་གྲ་གོ། །

མྲ་མྲ་མྲ་མ་མྲ་མ་མ། །

ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་བཞི་པོ་དེ་ཉིད་རིམ་པ་ལྟར་ར་དང་ག་  
དང་ཀ་དང་མ་སྟེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་བཞིར་ཁོ་ནར་  
ངེས་པའོ། །བོད་སྐད།

ཀྱེ་ཀྱེ་སྒྲ་སྒྲིག་རྩ་རྩའི་བྲང་། །

འཛོམས་སྒྲིག་བ་རེ་རེ་ཆར་འགོ། །

ང་ཅན་མ་འོང་བདག་གི་བ། །

བྱ་རོག་མ་བྱའི་སྒྲ་སྒྲུར་ཅི། །

གྲེ་གྲེ་ཞེས་པ་རྒྱ་སྐད་ལ་རེ་རེ་སྟེ་དང་སང་གི་འཕགས་  
 ཡུལ་བ་རྣམས་ཀྱང་བྱན་གཡོག་སོགས་ལ་འབོད་པ་ན།  
 རེ་ཞེས་བརྗོད་པར་ཐོས་པ་ལྟར། གྲེ་བདག་གི་བར་  
 འཛིན་པ་མེད་པ་མེན་པ་ཅན་ཞེས་བདག་ལྟ་དམ་པོ་  
 ཅན་ཤིན་ཏུ་དམན་པའི་ཡུལ་རྗོན་པ་ལ་བོས་ནས། ཡང་  
 ཡང་སྒྲ་སྒྲོག་པར་བྱེད་པའི་རི་དྲགས་རུ་རུ་སྟེ་ཁ་ཤིན་  
 བྱང་འཛམས་ཤིང་གསོད་པའི་སྒྲིག་པ་ཅན་རི་ལྟར་བྱིས་  
 ན་གནས་པ་རྣམས་ཁོ་དང་འོ་མ་ལ་སོགས་པ་འཕྱང་  
 བས་བ་ལང་ལ་ལོངས་སྟོད་པ་བཞིན། རྗོན་པ་དེ་ཉིད་  
 གྲིས་གང་ལ་ལོངས་སྟོད་པའི་ཡུལ་ལམ། གང་གི་འཆོ་  
 བས་བ་ལང་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ནི་རི་ན་གནས་པའི་རི་  
 དྲགས་རྣམས་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བ་རི་ཞེས་ཆོག་བསྟུས་པ་  
 ཡིན་ལ། རི་སྐུལ་རྣམས་སུ་འགྲོ་བས་རིའི་ཆར་འགྲོ་བའི་

རྩོན་པ་ཁྱོད་ང་ཅན་ནམ་ངའི་གནས་སུ་མ་འོང་ཞིག  
 ཁྱོད་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་བོ་ངན་པ་དང་ཁོ་བོ་ཅག་ལྟ་བུ་ལེགས་  
 པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་རྣམས་ལྟན་ཅིག་དུ་འགྲོགས་མི་  
 སྤེད་དོ། །དེ་ཟླ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེས་སྐྱབ་པའི་བྱེར་བྱ་  
 རོག་གི་མ་བུའི་སྐྱ་བསྐྱར་བ་ཅི་ལ་སྤེད་དེ་མི་སྤེད་  
 དོ། །ཞེས་སྐབ་པ་འགའ་ཞིག་གིས་རི་དྲགས་གསོད་པའི་  
 རྩོན་པ་དགོན་པར་རྒྱ་བ་རང་གི་གནས་སུ་འོང་བ་ལ་  
 སྐྱས་པའོ། །འདིར་ཡང་གཞུང་ཆོག་ལ་བདག་གི་མ་ཞེས་  
 བཀོད་ནས། མར་གྱུར་པའི་རི་དྲགས་རྣམས་གསོད་པར་  
 ཁྱོད་ཞེས་འགྲེལ་བ་ནི་གཞུང་གི་བོད་དཔེ་མ་དག་པ་  
 ཞིག་ལ་གོ་བ་བཙལ་ནས་ཅི་བདེར་བ་བཀྲལ་བ་ཙམ་སྟེ་  
 གཞུང་གི་དགོངས་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉེས་པ་གསུམ་དུ་ངེས་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

དེ་ལྟ་བུ་ནི་ནུ་མོ་དེ་སྟེ།



མོ་ད་མོ་མེ་ད་ནི་རྩེན། །

དི་མི་དུ་དུ་མ་རྒྱ་དེ་ན། །

དུ་ནི་དུ་ན་མ་ན་རྩེན། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་བཞི་པོ་ད་དང་ན་དང་བ་སྟེ་གསུམ་དུ་  
ངེས་པའོ། །པོད་རྒྱུ།

ལྷ་རྣམས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ལྷ། །

རིག་བྱེད་ལ་སྟོང་འགོག་པ་པོས། །

ལྷ་མིན་དགའ་བྱེད་བཙེམ་པ་ན། །

སྒྲ་ཡི་མཐོ་རིས་འབྲུགས་པར་གྱུར། །

ལྷ་རྣམས་ལ་གྲུབ་པ་དང་བདེ་བ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ལ་  
བཙེམ་པའི་བྱེད་དེ་རྣམས་དགའ་བར་བྱེད་པའི་ལྷ་ནི་  
ཁྱབ་འབྲུག་སྟེ། དེའི་བྱེད་པར་རིག་བྱེད་ལ་སྟོང་ཅིང་མི་

གྲུས་པས་ཚས་སྤྱོད་བ་ནག་པོ་སྟ་མེན་གྱི་ཚས་ལྷགས་སྟ་  
སྟོ་རྣམས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་བྱེད་པ་པོ་འོ། །དེས་སྟ་  
མེན་རྣམས་དགའ་ཞིང་འཕེལ་བྱར་བྱེད་པ་སྟ་མ་ཡིན་  
གྱི་དབང་པོ་ཏི་ར་རྩ་དང་ཀ་ཤི་བུ་དང་ཀའི་ཁ་སྟ་ལ་  
སོགས་པ་རྣམས་བཅོམ་པ་ན། དྲེགས་པས་བྱུང་བའི་  
སེངྒེའི་སྒྲ་ཡིས་སམ། ཡང་ན་དེ་བཅོམ་མོ་ཞེས་པའི་སྒྲའི་  
གྲགས་པས་མཐོ་རིས་གྱི་འཇིག་རྟེན་བྱབ་པར་གྱུར་ཏོ། །

གསུམ་པ་གཉིས་སུ་ངས་པ་ནི། རྩ་དཔེར།

སྟ་རིུ་སྟ་རྩ་སྟ་རྩ་སྟ་རི་སྟ་རུ། །

སྟ་ར་ས་སྟ་ར་སྟུ། །

ས་སྟ་ར་ས་ར་སྟུ་སྟུ་རི་ས་སྟ་རུ། །

ས་སྟ་རྩ་ར་སྟུ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་ས་དང་ར་སྟེ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་གཉིས་  
སྟུངས་པའོ། །བོད་སྐད།

མཁས་པ་སྟེ་དང་སྟེ་མེན་ལ། །

འགྲོ་སྟོབས་ལྡན་པའི་བྱེན་ལེགས་ཅན། །

ཆང་གི་རོ་ལྡན་གཤོལ་འཛིན་དེ། །

བཞད་ཀྱི་སྒྲ་ལྡན་མཆོ་རུ་སོང་། །

འཕོང་དབྱེད་དང་སྒྲ་རྩལ་ལ་སོགས་པའི་རིག་པ་ཐམས་  
ཅད་ལ་མཁས་པ་སྟེ་དང་སྟེ་མེན་ཀྱན་ལ་འགྲོ་ཞིང་བྱབ་  
པའི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ་བྱེན་པ་ལེགས་ཤིང་མཛེས་པ་  
ཅན། ཆང་གི་བརྟུང་བའི་རོ་སྟུང་བ་ལ་དགའ་བའི་ངང་  
རྩལ་ཅན་རུ་རབ་རུ་བྱགས་པ། གཤོལ་འཛིན་སྟོབས་  
བཟང་ཞེས་བྱ་བ་བྱབ་འཇུག་གི་ཕུ་བོ་དེ་ཆུ་བྱ་བཞད་ཀྱི་

སྐྱེ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱི་དགའི་མཆོ་རུ་བྱས་ལ་སོང་ངོ་ཞེས་  
པའོ།

གཅིག་ཏུ་ངས་པ་ནི་རྒྱ་དཔེ།

རྒྱ་ནི་རྒྱ་རྒྱ་ནི་རྒྱ་ནི་ན། །

རྒྱ་ན་ནི་རྒྱ་ན་རྒྱ་ནི་ན། །

རྒྱ་ནི་རྒྱ་ན་རྒྱ་རྒྱ་ནི། །

ནི་ནི་རྒྱ་རྒྱ་ནི་ནི་ནི་ནི། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་གེ་ན་ཡིག་གཅིག་ཕུར་  
ངས་པའོ། །བོད་སྐད།

འདི་ཡིས་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བཞིན། །

བཞིན་གྱིས་ངས་པར་མ་བཅོམ་མིན། །

བདག་སྟོག་མི་དམན་འདི་དང་སྟོར། །

རྩེ་བོ་སྐྱེས་མེན་སྒྲིག་ཅན་ངེས། །

ཞེས་སམ། ཡང་ན་ན་རྒྱུ་སྒྲི་ངོ་ཚིག་ལ་འཇུག་པ་སྟར་  
 བ། རྩེ་བོ་སྐྱེས་མེན་སྒྲིག་ཅན་ནམ། ཞེས་སོ། །དེ་ཡང་  
 གང་དང་སྟན་ཅིག་འཐབ་པར་བྱ་བའི་དག་ཟླའི་སྐྱེས་  
 བྱ་འདིས་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་རས་ཁོའི་བཞིན་  
 རས་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྟ་བུའི་གཟེ་བརྩེད་ཅན་གྱིན་  
 དུ་དཔའ་ཞིང་སྟོབས་དང་སྟན་པས་མ་བཅོམ་པ་མེན་  
 ཀྱི་བཅོམ་ཞིང་བེལ་གྱིས་མནན་པ་ཁོ་ན་སྟེ། དེ་དང་  
 འཐབ་པ་སྟ་ཞོག་མེ་ལས་འདས་པའི་སྐྱེས་བྱ་དེའི་  
 གདོང་པ་ལའང་བསྟ་བར་མེ་རྩས་པ་འདི་དང་མངའ་  
 འབངས་ཀྱི་སྒྲིག་ཆགས་ཉམ་ཆུང་བདག་ཅག་སྟ་བྱ་  
 འཐབ་པ་ལ་སྦྱར་བ་ཞེས་སམ། ཡང་ན་བདག་ཅག་གི་  
 སྒྲིག་འདིའི་ལག་པར་འདོར་དུ་གཞུག་པ་ལ་སྦྱར་བ་  
 རང་གི་རྩེ་བོ་འདི་ནི་ཡ་རབས་ཀྱི་སྐྱེས་བྱ་མེར་གྱུར་པ་

མིན་གྱི་གཞན་གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲིག་པ་ཅན་ཞིག་ཏུ་  
ངེས་སོ། །ཞེས་སམ། ཡང་ན་སྒྲིག་པ་ཅན་མིན་ནམ་ཞེས་  
ཐེ་ཚོམ་དང་བཅས་པས་བརྗོད་པ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་དཔའ་  
ཞིང་སྟོབས་དང་ལྡན་པའི་དགྲ་བོ་ལ་མི་རྒྱས་བཞིན་  
དུའང་འཐབ་པ་སྦྱར་བའི་རང་གི་རྒྱལ་བོ་ལ་ཡིད་  
འབྱུང་བ་དེའི་གཞི་གཞུག་རྣམས་ཀྱིས་སྦྱས་པའོ། །

དེ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེ་ལྟར་བྱ་དགའི་ལམ་ལ་ཡང་། །

རིམ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱན་ཏུ་བསྟན། །

དེ་ལྟ་བུ་བྱ་སྒྲིབ་པ་ཁོ་ནར་མ་ཟད་བྱ་དགའ་བ་ཡང་སྟན་  
ངག་གི་རྣམ་པ་ཡིན་པས་འདྲིའི་ལམ་ལ་ཡང་རིམ་པ་  
མདོར་བསྟུས་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཞིག་ཀྱན་ཏུ་བསྟན་ཏོ། །

གསུམ་པ་གབ་ཚེག་གི་རྒྱན།

གསུམ་པ་གབ་ཚེག་གི་རྒྱན་ལ་གཉིས། བཤད་པར་དམ་  
བཅའ་ཞིང་དགོས་པ་བརྗོད་པ་དང་། གབ་ཚེག་བཅུ་  
རྒྱལ་ཉིད་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

གབ་ཚེག་དག་གི་རྣམ་པ་ཡི། །

ལྷགས་ཀྱང་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱ། །

ཚེད་མའི་མདུན་སར་བཞད་གད་དང་། །

དེ་ཤེས་ཚེགས་སུ་གསང་སྤྱོད་དང་། །

ཕ་རོལ་ཀུན་ཏུ་མོངས་བྱེད་ལ། །

གབ་ཚེག་དག་ནི་ཉེར་མཁོ་ལྡན། །

གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱ་བ་སྒྲོན་གྱི་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་ཀ་ཅོག་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱ་སྐྱའམ་ལྟུ་ཞེས་བསྐྱར་བ་ནི་  
 གངས་ཅན་བོད་ཡུལ་འདིར་དམ་པའི་ཆོས་མ་དར་བའི་  
 གོང་རོལ་དུ་རྒྱལ་སྤེད་སྐྱང་ལྟུ་བོན་གསུམ་གྱིས་  
 བསྐྱངས་ཟེར་བའི་ལྟུ་དེ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟ་ལྟེན་རྒྱགས་  
 པའམ་བསྐྱལ་བར་གྲགས་པ་འདི་ཡིན། དེས་ན་གཤམ་  
 ཆོག་ཀྱང་འདི་དང་དོན་གཅིག་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་ཀྱི་  
 རྣམ་པའམ་མཆན་ཉིད་དང་མཆོན་བྱ། དེ་ཇི་ལྟར་སྐྱར་  
 བའི་ཚུལ་གྱི་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ལྷགས་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 དག་འདིར་རབ་ཏུ་བསྟན་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དགོས་པ་ཅི་  
 ཞེན། རྟེན་མའི་བྱ་བ་རྩམ་པའི་མདུན་སར་བཞད་གད་  
 ཀྱི་དོན་དང་། རྟེན་བོས་གང་བའི་ཆོགས་སུ་གསང་དགོས་  
 པའི་དོན་རྣམས་གཤམ་ཆོག་ཤེས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་  
 ནང་ཕན་ཚུན་དུ་གཤམ་ཆོག་གིས་སྤྲོ་བ་ན། དེ་མི་ཤེས་  
 པའི་སྐྱན་པོ་དེ་ན་གནས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་དག་ཅི་སྤྲོ་



བ་ཡིན་སྟེ་འདྲ་བ་སྟེ་འདྲ་བ་དང་། འོན་ཀྱང་ཞིག་གང་ལ་  
བྱུང་དུ་གསང་དགོས་པའི་ཕ་རོལ་པོ། གཤམ་ཆོག་མི་ཤེས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་འདྲ་ཆོད་པར་བྱེད་པ་ལའང་གཤམ་ཆོག་  
གི་རྒྱན་འདི་དག་ནི་ཉེ་བར་མཐོ་ཞིང་དགོས་པ་དང་  
ལྡན་པའོ། །

གཉིས་པ་ལའང་མཚན་ཉིད་དང་མིང་བསྟན། ངན་པ་  
ལྟར་སྒྲིང་བ་མི་འཆད་པའི་རྒྱ་བཟོད། དེ་རྣམས་རེ་རེ་  
ནས་དཔེར་བཟོད་པའོ། །

དང་པོ་མཚན་ཉིད་དང་མིང་བསྟན་པ་ནི།

ཆོག་མཚམས་སྒྱུར་བས་དོན་སྤྲོས་པ། །

ཀྱན་དུ་ཆོགས་པ་ཞེས་པར་བཟོད། །

གཞན་ལ་བྲགས་པའི་སྒྲ་དག་གིས། །

གང་དུ་བསྒྲུབ་སྒྲུབ་བྱེད་ཉིད། །

སྒྱུ་བ་ཤིན་ཏུ་འབྱུགས་པ་ཡིས། །

སྒྲིངས་བྱེད་རིམ་པ་བྲལ་བ་སྟེ། །

གང་ལ་དོན་རྟོགས་དཀའ་བ་ཡི། །

ཆོག་སྤང་དེ་ནི་རབ་བཅས་ཡིན། །

བཏགས་པའི་དོན་བཀོད་ཆོག་དག་གི། །

སྤེབ་པ་དག་ནི་མཐུན་པའི་གཟུགས། །

མཆན་ཉིད་ཡོད་ཅིང་ངེས་ཆོག་དང་། །

ལྷན་པའི་ཆོག་ནི་རྩལ་མོའོ། །

གང་དུ་གངས་ཀྱི་ཀུན་སྒྲིངས་པར། །

བྱེད་པ་གངས་ཉིད་ཅེས་བྱ་སྟེ། །

གང་དུ་དག་དོན་རྣམ་པ་གཞན། །

སྒྲིང་བ་དེ་ནི་རབ་བརྟགས་ཉིད། །

གང་དུ་མིང་ལ་སྒྲ་ཚྲགས་དོན། །

བརྟགས་དེ་མིང་དུ་འདུས་པ་ཉིད། །

ཚྲག་ནི་ཚྲས་མཚུངས་ལ་རེག་པས། །

དོན་གཞན་སྒྲིབ་པ་བསྒྲིབས་པའོ། །

རྣམ་གྲངས་སྒྲ་ནི་བཀོད་པ་ཡིས། །

བསྒྲིབ་པ་དེ་ནི་མཐུན་པའི་སྒྲ། །

གང་ཞིག་མངོན་སུམ་དོན་བསྟན་ཡང་། །

ཚྲངས་ཕྱིར་དེ་ནི་ཚྲངས་ཞེས་བྱ། །

གང་ལ་སྒྲུར་བྲེང་བདག་ཉིད་ཅན། །

དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་ཅེས་བྱ། །

གང་དུ་ཉིན་ནི་སྤྲོས་བྱས་ཏེ། །

བཏིན་པ་གསལ་བ་གཅིག་བསྐྱབས་པའོ། །

གང་དུ་གཉི་ག་སྤྲོས་བྱུང་པ། །

དེ་ནི་གཉི་ག་བསྐྱབས་པའོ། །

གང་ལ་མཆན་ཉིད་སྒྲ་ཆོགས་འདྲེས། །

དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འདྲེས་ཞེས་བྱ། །

འདི་དག་གལ་ཆོག་བཅུ་དྲུག་སྟེ། །

སྒྲ་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་ནམས་གྱིས་བསྟན། །

གལ་ཆོག་གང་དུ་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་དོན་དངོས་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འདིར་གལ་བྱ་ཡིན་པས། དེ་ཉིད་ཆོག་  
སྤྲུ་དང་ཉིད་འཐུང་ཅན་དག་མཆོམས་ལེགས་པར་  
སྦྱར་བའི་མཆོམས་སྦྱར་གྱི་དབང་གིས་གལ་བྱེད་བྱས་

ནས་སྒྲིའི་གཟུགས་གཞན་དུ་འགྱུར་ཏེ་དོན་གཞན་དུ་གོ་  
 བས་སྒྲིངས་པར་བྱས་ནས། བརྗོད་བྱ་སྤྱོད་པའི་སྒྱུར་བ་  
 དེ་ལ་ཀུན་དུ་ཆོགས་པའི་གཤམ་ཆོག་གམ་ཆོག་འགྲོགས་  
 བས་དོན་སྤྱོད་པ་གཙོ་ཆེ་བའི་བྱུར་ཀུན་དུ་འགྲོགས་  
 པའི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱ་བར་དེ་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བརྗོད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉིས་སྒྲི་  
 མཚུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་གཤམ་བྱེད་ལ་འཇུག་པ་ཉིད་  
 ཡོངས་གྲགས་དང་། གཤམ་བྱ་ལ་སྒྲི་དེ་འཇུག་ཀྱང་གྲགས་  
 རུང་བས་བརྗོད་དོན་ལས་གཞན་པ་གཤམ་བྱེད་ལྟར་གོ་  
 བེད་འཁྱུལ་བའི་སྒྲི་སྒྲིེད་པར་བྱེད་པ། དེ་ལ་ནི་སྒྲི་བྱེད་  
 ཀྱི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ།

ཡང་ཆོག་སྒྱུར་གང་ཞིག་གོ་རིམ་དུ་བསྒྲིག་ན་དོན་  
 གསལ་བར་སྟོན་པ་ལ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་ཤིན་དུ་  
 དཀྱུགས་ཏེ་བཀོད་པའི་དབང་གིས་སྒྲིངས་པར་བྱེད་པ་

ནི། རིམ་པ་དང་བྲལ་བའམ་རིམ་པ་ལས་འདས་པའི་  
 གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ། རྒྱུར་བ་གང་ལ་དོན་རྟོགས་པར་  
 དཀའ་བའི་སྒྲ་གྲགས་ཆུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་བའི་  
 ཆོག་གི་ཕྱིང་བས་དོན་དེ་བཅོམ་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ནི་  
 རབ་བཅོམ་མོ། །ཡང་གཤམ་བྱའམ་བཟོད་དོན་དངོས་དེ་  
 ཉིད་མ་སྒྲོས་པར། དེ་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་མཐུན་  
 པའི་དཔེ། བཏགས་པ་བ་སྟེ་དངོས་དོན་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་  
 པའི་སྒྱུར་ན་ཕལ་པར་གྱུར་པའི་དོན་བཀོད་ནས། དེ་  
 དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་ཆོག་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲེབ་ཞིང་  
 བསྐྱེབས་པས་བཟོད་དོན་གཤམ་པ་ནི་མཐུན་གཟུགས་ཀྱི་  
 གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ། །གང་ཞིག་བརྟེན་སྦྱོར་པའི་གཞུང་  
 རས་བསྟན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡོད་ཅེས་མཁ་ངེས་ཆོག་  
 བཤད་རུང་ཅེས་ཡོད་པས། སྒྲ་ཉམས་པའི་སྒྱུར་ཏུ་ནི་མི་  
 འགྲོ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་མི་གསལ་ཞིང་ཉམས་དང་བྲལ་བ་ལ་  
 ཆོག་རྩལ་པོའི་བཟོད་པ་ཅན་དེ་རྩལ་མོའི་གཤམ་ཆོག་

ཅེས་བྱའོ། །ཡང་བཟླ་དེ་ན་གཤམ་བྱར་བྱས་ནས་སྤྲེལ་  
 ཟླ་བྱེད་ཡི་གེའི་གྲངས་ཀྱི་སྒོ་ནས་སྟོན་ཀྱང་དེ་ཀས་  
 ཟླ་བྱེད་པར་བྱས་ནས་དེ་ན་སྤྲེལ་པ་ནི་གྲངས་ཀྱི་གཤམ་  
 ཆོག་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་གང་དུ་གཤམ་བྱ་བཟླ་དེ་ན་དངོས་  
 ཀྱི་རྣམ་པ་དེ་ཉིད་དེ་དང་རྣམ་པ་མཚུངས་པའི་དེ་ན་  
 གཤམ་ཀྱི་རྣམ་པར་རྟོག་ཅིང་སྤྲེལ་བར་བྱེད་པའི་ངག་  
 ཆོག་ཆོགས་པས་བཟླ་དེ་ན་སྤྲེལ་པ་དེ་ལ་ནི་རབ་  
 བརྟགས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ། །གང་དུ་བཟླ་དེ་ན་  
 དངོས་དེ་དང་རྒྱུ་ལྡན་ལ་བའི་མིང་འགའ་ཞིག་ལ་  
 དེ་ན་རྣམ་པ་སྤྲེལ་ཆོགས་པར་གོ་ཞིང་རིག་པར་བྱེད་པའི་  
 མིང་མང་པོས་བར་བཅད་ནས་མཐར་ཐིམ་པས་གཤམ་བྱ་  
 བཟླ་དེ་ན་དངོས་ལ་གཞིལ་ཞིང་འབབ་ཀྱང་། མིང་  
 དེ་ན་མང་པོ་དེས་བར་ཆོད་ནས་མི་གསལ་བར་བྱས་ཏེ་  
 བཟླ་དེ་ན་སྤྲེལ་པ་དེ་ནི་བར་བཅད་པའམ་མིང་གཤམ་  
 ཅན་རྣམ་མིང་དུ་འདུས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཉིད་དོ། །ཆོག་

གང་ཞིག་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉིས་ཀ་ལ་རིག་པའམ་  
 འཇུག་ཅིང་། དེ་གཉིས་རང་ཡང་ནང་པན་ཚུན་དུ་  
 མཚུངས་པའི་མཚུངས་ཆོས་མང་བ་ལ། བཟློང་ཚུལ་གཤམ་  
 བྱེད་དམ་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཆོས་གསལ་བར་བྱས་  
 པས་དོན་སྤྲོས་པ་ནི་བསྒྲིབས་པའི་གཤམ་ཆོག་ཅིས་  
 བྱའོ། །གང་ཞིག་གཤམ་བྱའི་དངོས་པོ་བཟློང་པར་འདོད་  
 པའི་དོན་དེ་ཉིད་ཀྱི་དངོས་མིང་གསལ་བ་ཐད་ཀར་མ་  
 སྒྲོས་པར། དེ་དང་མིང་མཐུན་པའི་སྒྲུའི་རྣམ་གྲངས་  
 གཞན་མང་པོ་བཀོད་ནས། དེ་རྣམས་ཀྱིས་རིམ་པས་  
 བཟློང་དོན་གྱི་དངོས་མིང་དེ་སྒྲུབ་ཅིང་དོན་ལ་འབབ་  
 པར་བྱེད་ཀྱང་བཟློང་ཚུལ་སྒྲུའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་དེས་  
 དོན་སྒྲིབ་ཅིང་སྤྲོས་པ་ནི་མཐུན་པའི་སྒྲུའི་གཤམ་ཆོག་  
 ཅིས་བྱའོ། །གང་དུ་ཟློང་བྱེད་ཆོག་གི་བྱེད་པས་གཤམ་བྱའི་  
 བཟློང་དོན་དེ་མདོན་སྤྲོས་དུ་གསལ་བར་བསྟན་པ་ལྟར་  
 ལྷང་ཡང་། དེ་ཉིད་སྤྲོས་ཡང་དོན་མི་རྟོགས་པའི་ཆེད་



དུ་འགྱུར་བར་བྱས་ནས་སྐྱར་བས་དོན་སྐྱབ་པ་དེ་ནི་  
 དོན་ལ་སྒྲིངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཀྱན་ཏུ་སྒྲིངས་པའི་  
 གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ། །གཤམ་ཆོག་གང་ཞིག་གཤམ་བྱའི་  
 བརྗོད་དོན་དེ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་དོན་མང་པོ་  
 ཞིག་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་མ་ཡིན་པའི་མིང་གི་སྒྱུར་བ་  
 མང་པོ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་ལ་བྱེ་མ་བྱེ་མ་སྒྲིས་པའི་འབྲེལ་བ་  
 ཅན་བྱེད་བ་ལྟར་བསྐྱེགས་པས་སྒྲིས་ནས་མཐར་བརྗོད་  
 དོན་སྒྲིན་པ་ནི་རབ་ཏུ་མ་གྲགས་པའི་མིང་གི་བྱེད་བ་  
 དེས་བརྗོད་དོན་དང་། རབ་ཏུ་གྲགས་པའི་མིང་འཕྲོག་  
 པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་འཕྲོག་པའི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་  
 བྱའོ། །གང་དུ་རྟོན་ལྷས་ལྟ་བུ་རབ་ཏུ་སྤྲས་ཤིང་བརྟོན་  
 པ་ཡན་ལག་ལྟ་བུ་གསལ་བར་བྱས་པ་ནི་གཅིག་  
 བསྐྱེབས་པའི་གཤམ་ཆོག་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྟོན་ཁོ་ན་སྤྲས་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །ཡང་གཤམ་ཆོག་གི་སྒྱུར་བ་གང་ལ་རྟོན་དང་  
 བརྟོན་པ་གཉིས་ཀ་སྤྲས་ཤིང་དངོས་སུ་མ་བརྗོད་པ་དེ་

ནི་གཉིས་ཀ་བསྐྱབས་པའི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ། །ཡང་  
 གཤམ་ཆོག་གང་ལ་སྤར་བཤད་ཟིན་པ་དེ་རྣམས་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་སྤྲོ་ཆོགས་ཅི་རིགས་པར་འདྲེས་པས་གཅིག་  
 ཁོ་ནར་ངེས་བབྱང་བྱར་མེད་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་འདྲེས་  
 པ་ཞེས་བྱ་བའི་གཤམ་ཆོག་གོ། དེ་ལྟར་བཤད་པའི་མཆན་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་གཤམ་ཆོག་བཅུ་དྲུག་པོ་འདི་རྣམས་སྟོན་གྱི་  
 སྟོབ་དཔོན་རྩ་མ་ཤམ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 རྒྱས་པར་བསྟན་ཏོ་ཞེས་པ་སྟེ། མཆན་ཉིད་དེ་རྣམས་  
 གཞུང་གི་འཆད་ཚུལ་གྱི་དབང་གིས་འདིར་བཀོད་པ།  
 འོག་ཏུ་འཆད་འགྱུར་གྱི་སོ་སོའི་དཔེར་བཅོལ་རེ་དང་།  
 འདིའི་མཆན་ཉིད་སྤྲུང་ནས་གོ་བ་འཆོལ་གྲེས་པར་  
 བྱའོ། །

གཉིས་པ་གཤམ་ཆོག་ངན་པ་ལྟར་སྤང་བ་མི་འཆད་པའི་  
 རྒྱ་བཅོལ་པ་ནི།

གཤམ་ཚེག་ངན་པ་གཞན་དག་ཀྱང་། །

བཅུ་བཞི་དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་བཟློང་། །

ངན་པ་མཚན་ཉིད་མེད་གང་དེ། །

སྒྱུ་ཀྱིས་ཡོངས་བབྱང་བྱ་མེན་པར། །

རིག་ནས་སྤྲུང་ཡང་བདག་ཅག་གིས། །

ལེགས་པ་ཁོ་ན་བཟློང་པར་བྱ། །

གཤམ་ཚེག་ཀྱང་ཡིན་ལ་དེའི་མཚན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་  
པས་ངན་པ་སྤང་བར་བྱ་བའང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
པ་ཀུན་ཏུ་ཚེགས་པ་ལ་སོགས་པ་ལས་གཞན་པ་བཅུ་  
བཞི་སྒྲིན་གྱི་སྒྲོབ་དཔོན་དེ་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །ཀྱང་  
གི་སྤྱི་ནི་གཤམ་ཚེག་སྒྲིན་མེད་པ་འབའ་ཞིག་བཤད་པར་  
མ་ཟད་པའོ། །དེ་རྣམས་འདྲིའི་མི་འཆད་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་  
ན། བདག་ཅག་གིས་ཏེ་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་གིས་གཤམ་

ཚེག་སྐྱོན་དང་བཅས་པ་དེ་རྣམས་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་  
 པ་ལ་ཡོངས་སུ་བགྲང་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་རིག་ཅིང་  
 སྒོས་མཐོང་ནས། སྤར་ཡང་སྟེ་བསྟན་བཅས་འདིར་ནི་  
 གཤམ་ཚེག་ལེགས་པ་ཁོ་ན་བརྗོད་པར་བྱ་ཡི་ངན་པ་  
 རྣམས་མི་བརྗོད་དོ། འོ་ན་དོན་ཉམས་ལ་སོགས་པའི་  
 སྐྱོན་རྣམས་ཀྱང་འདིར་མི་བརྗོད་པར་རིགས་ཏེ་གཤམ་  
 ཚེག་ལྟར་སྤང་བ་རྣམས་དང་བྱུང་པར་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེ་ན། དོན་བྲལ་ལ་སོགས་པ་དེ་རྣམས་ནི་སྐབས་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ་ཡོན་ཏན་དུ་འང་འགྱུར་བ་དང་། སྟན་  
 ངག་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུང་སྲིད་པའི་སྐྱོན་ཡིན་པ་དང་།  
 སྟན་ངག་གི་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་བཙུ་བོ་དེ་ཙམ་དུ་ངེས་  
 པས་ན་བསམ་པར་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་འདིར་  
 བཤད་ལ། གཤམ་ཚེག་གི་སྐྱོན་རྣམས་ནི་ནམ་ཡང་ཡོན་  
 ཏན་དུ་གྱུར་བའི་སྐབས་མེད་པ་དང་། ཉི་ཆེ་བ་ཡིན་པ་  
 དང་། བཙུ་བཞི་ལས་གཞན་ཡང་སྲིད་པའི་ཕྱིར་དེ་ཙམ་

དུ་མ་ངེས་པས་མ་བཤད་དོ། །འོ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་གཤམ་ཆོག་  
ངན་པ་དེའི་བྱད་པར་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་མི་ཤེས་པར་  
འགྱུར་ཏེ་མ་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་ན། གཤམ་ཆོག་ངན་  
པ་ཞེས་པ་ནི་དེའི་མཚན་ཉིད་མེད་པ་དེ་ཡིན་པས་ཤེས་  
པར་སྟོན།

༡ ཀུན་ཏུ་ཆོག་པའི་གཤམ་ཆོག་།

གསུམ་པ་དེ་ནུམས་རེ་རེ་ནས་དཔེར་བརྗོད་པ་བཅུ་  
དྲུག་ལས།

དང་པོ་ནི་རྒྱ་དཔེར།

ན་མ་ཡུ་གོ་ར་སྒྲི་རྒྱུ་།

ཅེ་ཏུ་ཀུལ་ལྷ་ལྷ་ཀུ་བྱ་སྒྲི་།

ཨ་སྒྲི་ཏུ་དེ་ཏེ་རེ་རྒྱུ་།

ར་ལ་མ་ལོ་ཏི་ཏི་ཤེ།

ཞེས་འབྱུང་བའི་དོན་གཤམ་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་ན།  
 བདག་གི་སྐད་དོད། ཡམས་ལ་རྣམ་དབྱེ་བྱག་པའི་  
 གཅིག་ཆེག་ངས་བྱེན། ཡམས་རྣམ་དབྱེ་དང་བཅས་པ་  
 མེ་རུ་བསྐྱུར། དེའི་ཕ་རོལ་དུ་གཞོད་པའི་སྐད་དོད་ལྷ་  
 གས་བཞག་མའི་ཨེ་ཡལ་རུ་བསྐྱུར། ཡ་སྟོག་མེད་ལྷ་  
 གསའི་ལྷ་ལ་བྲངས། གས་འེས་རྣམ་བཅད་དང་། དེའི་ཕ་  
 རོལ་དུ་ར་ས་རོའི་སྐད་དོད་བཞག་རྣམ་བཅད་ལྷར་  
 བསྐྱུར། གའི་སྟོག་གི་ཨ་དང་། ཕ་རོལ་གྱི་ལྷ། གཉིས་དག་  
 གི་གཅིག་ཨེ་རུ་བསྐྱུར། གོང་དུ་དགག་ཆེག་ན་ཉའི་ན་  
 བཞག་པས། ར་མ་ཡུ་གོ་ར་ས་ཞེས་གྲུབ། གཤམ་བྱེད་ལྷར་  
 ར་བདག་གི་སྐད་དོད་ཡམས་འེ་བཞག་པས་ཡམས་མ་  
 རུ་བསྐྱུར། དེ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་གཅིག་ཆེག་གི་རྒྱ་  
 ལྷར། ཨུལ་ཡ་འོས། མ་བསྐྱུར་བ་ལ་དེའི་ཡུ། ཡ་སྟོག་

མེད་རྒྱུ་ལྷ་ལ་དྲངས་པས་མ་ཡུ་བདག་གིས་ཞེས་བྱ་བ།  
གོ་བ་ལང་། ར་ས་རོ་སོགས་སྒྲ་མ་ལྟར་སྒྱུར་བས། གཤམ་  
བྱེད་དོན་དེ་ཉིད་ལ་མྱོངས་ནས། གཤམ་བྱེད་ཀྱི་དོན་འདི་  
ལྟར་གོ་ཞིང་འཁྱུལ་དུ་བརྩུག་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ་  
གཤམ་བྱེད་ཕྱོགས་ལྟར་བསྒྱུར་ན།

བདག་གི་གཞོན་པའི་རོ་སེམས་ཀྱིས། །

ཤེས་པ་མེད་ལ་ཅེ་སྐད་ཁྱོ། །

གནས་མེན་དུ་བ་འདི་ཡིས་ནི། །

ཅེ་བྱེད་ཀྱན་དུ་མེག་དམར་མ། །

ཀྱི་ཀྱན་དུ་མེག་དམར་མ་ཞེས་དགའ་མ་མཆོག་དེ་ལ་  
བོད་ནས་བདག་གི་གཞོན་པའི་རོ་སྟེ་གཞོན་པའི་ཉམས་  
རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་མངོན་དུ་ཤེས་པ་མེད་པ་ལ་རྒྱ་  
མཆོན་མེད་པར་ཁྱོད་ཅིའི་ཕྱིར་ཁྱོ་ཤིང་དུ་བར་བྱེད།

གནས་མ་ཡིན་པར་རྩ་བ་འདི་ནི་འོས་པ་མ་ཡིན་པ།  
དེས་ན་འདི་ལྟར་ཁྱོ་ཞིང་རྩ་བར་མ་བྱེད་པར་དགའ་  
བས་རྩེན་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་བྱུང་མེད་འགའ་ཞིག་སྐྱེས་  
པ་ལ་ཁྱོ་ཞིང་རྩ་བའི་ཆོ། བདག་པོ་སྐྱེས་པ་དེས་འདི་  
སྐད་སྐྱ་ཞིང་བསྐྱོག་པའི་དོན་ཡིན་ཀྱང་དེ་གལ་ཅིང་  
སྐས་ནས། གལ་བྱེད།

བདག་གིས་བ་ལང་རོ་སེམས་གྱིས། །

ཤེས་པ་མེད་ལ་ཅི་སྐད་ཁྱོ། །

གནས་མིན་རྩ་བ་འདི་ཡིས་ནི། །

ཅི་བྱེད་ཀྱན་ཏུ་མིག་དམར་མ། །

བདག་གིས་བ་ལང་གི་རོ་ཉམས་སེམས་གྱིས་མངོན་ཏུ་  
ཤེས་པ་མེད་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་མེད་པར་ཅིའི་ཕྱིར་ཁྱོད་ཁྱོ་  
ཞིང་རྩ་བར་བྱེད། གནས་མ་ཡིན་པར་རྩས་ནས་ཅི་བྱེད་



ཅེས་འབྲེལ་མེད་ཞིག་དུ་གོ་ཞིང་འབྲེལ་དུ་བཅུག་པ་སྟེ།  
 མཚམས་སྒྱུར་གྱི་དབང་གི་གཤམ་བྱའི་དོན་སྤྱོད་  
 པའོ། །འདི་ལ་བོད་འབྲེལ་སྤྱི་མ་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་མ་  
 ཤེས་ནས་བཟོད་མེད་དུ་བཞག་པ་དང་། སྤྱོད་ཚུལ་བྱིས་  
 པ་རྒྱལ་སྤྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མ་རྒྱལ་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་གཉིས་རྒྱལ་  
 དབྱེ་གཅིག་པར་འདོད་པ་དང་། གཤམ་བྱེད་གྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 བདག་གི་སྤྱོད་དོད་མེད་ལ་སྤྱོད་ཡང་རྒྱལ་དབྱེ་གསུམ་  
 པའི་ཏུ་སྤྱོད་བར་འདོད་པ་དང་། ཡང་ཁ་ཅིག་ཨ་སྤྱོད་  
 ལ་ཏུ་བྱིན། ཨ་སྤྱོད་མང་དུ་བསྒྱུར། རྒྱལ་འབྲེལ་གྱི་ད་བྱིས་།  
 ཏྲགས་མཐའི་ཨ་ཨ། ཨ་ཨ་ཡ་རུ་བྱས་པའི་ཡ་སྤྱོད་མེད་  
 ཏུ་འི་ཡ་ལ་དངས་པས་མ་ཡུ་གྲུབ་པར་འདོད་པ་དང་།  
 བཟོད་བྱའི་གོ་དོན་ཁྱེད་ཅི་བཞིན་མ་བཤད་པ་སོགས་  
 རྒྱ་ཆོགས་སྤྱོད་བས། འདིར་གཞུང་དང་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་  
 དགོངས་པ་སྤྱོད་མེད་འཇམ་མགོན་ལྷ་མའི་གསུང་གིས་

ཇི་ལྟར་བཀྲལ་བ་བཞིན་ཅུང་ཟད་གསལ་བར་བྱས་  
པའོ། །

༡ བསྐྱ་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་།

གཉིས་པ་ནི།

ཀླུ་བསྐྱ་བཞིན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ནི། །

དགའ་བ་ཇི་ལྟར་འཕེལ་གྱུར་བ། །

འཆི་མེད་བྱ་མོ་ཙཱ་འདྲི་མ། །

མི་མོ་སྦྱོད་པས་དེ་ལྟ་མིན། །

ཀླ་བྱ་ཀླུ་ཞེས་པའི་ཡུལ་གྱི་བྱེད་མེད་ན་མས་གཟུགས་  
བྱེད་མཆོག་ཏུ་བཟང་བར་གྲགས་པས་ཡུལ་དེའི་བྱ་མོ་  
ལ་བསྐྱ་བཞིན་ཅིང་བཞུད་པ་ཁྱོད་ཀྱི་དགའ་བ་ཇི་ལྟར་  
འཕེལ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ནི་འཆི་མེད་ལྟའི་བྱ་མོ་ལ་ལོངས་སྦྱོད་

པའི་དགའ་བ་ལ་ཙཱ་འདྲི་བ་སྟེ་མཚུངས་པར་བྱེད་པའི་  
 བྱེད་པ་མོ་ཞིག་སྟེ། གཞན་མི་མོ་ལ་ལོངས་སྟོང་པས་ནི་  
 དེ་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་ནམ་ཡང་ཐོབ་པ་མིན་ལོ་ཞེས་པ་  
 གཤམ་བྱ་སྟེ། རྩོན་རྒྱ་གར་རྩལ་སྟོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལྷ་ལ་བའི་  
 གྲོང་བྱེར་འཕགས་རྒྱལ་ན་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ་རབ་སྒྲུང་  
 ལ་སོགས་པའི་སྐྱེ་བོ་ནམས་འདུལ་བར་སྟོན་པས་བཀའ་  
 ལྷལ་ཏེ། འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ཡ་ན་འཁོར་ལྷ་བརྒྱ་དང་  
 བཅས་པ་ནམ་མཁའི་ལམ་ལ་འཕགས་ཏེ་རྩུ་འཕུལ་གྱིས་  
 བྱོན་པའི་ལམ་བར་གྱི་ཡུལ་གྲོང་བྱེར་ཀླ་རྒྱ་ལྷ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ན་འཕགས་པ་ཀ་ཏུ་ཡ་ན་དང་མཛེའ་བཤེས་སུ་གྱུར་  
 པའི་བྲམ་ཟེ་ཞིག་ལ་བུ་མོ་གཟུགས་བཟང་བ་མིང་སྟོ་  
 ཅན་ཞེས་བྱ་བ། གསེར་པ་ཏ་སྟོང་གི་རིན་ཐང་ཅན་གྱི་  
 སྟོ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་གིས་ཆོས་ཉན། ཕྱིས་བུ་མོ་དེ་ཉིད་  
 འཕགས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་གཏུམ་པོ་རབ་སྒྲུང་གི་བཙུན་  
 མོར་སྤངས་ནས། མ་བྲམ་ཟེ་མོ་ལ་སྤྲས་པའི་རྒྱན་ལྷ་བརྒྱ།

ཕྱི་ལོ་རྒྱ་ལ་བརྒྱ། བྱོང་གི་མཆོག་ལ་བརྒྱ་ལ་སོགས་པ་  
 ཕྱི་ལོ་པར་གྲགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་འབྱུང་བའང་ཡུལ་འདི་  
 ཉིད་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པར་མངོན་ནོ། །དེས་ན་གཤམ་  
 ཕྱི་བརྗོད་དོན་དངོས་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་སྐབས་འདིར་  
 ཀྱ་བྱ་ཞེས་པའི་ཆོག་བསྐྱུས་ནས་མ་སྒྲིལ་པས། ཀྱ་བྱའི་སྒྲ་  
 ལྷུ་ཉི་དང་བའི་བྱངས་ལ་ཀྱ་སྒྲ་པའི་དོན་སྒྲིལ་དུ་  
 བཞག་པས་འབྱོག་པོ་སྟེ། འབྲེལ་པ་འདོད་འཛོར། ངན་  
 པར་འབྱོག་པས་ཀྱ་བྱེ་སྒྲ་པོ་སྟེ། །ཞེས་པ་ལྟར། སྒྲ་མ་  
 ལ་ཡོངས་སུ་གྲགས་པས་དེ་ཉིད་བཞེན་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཞེས་  
 པར་གོ་ཞིང་བསྐྱུ་བར་བྱས་པའོ། །

ན་རིམ་པ་དང་བྲལ་བའི་གཤམ་ཆོག།

གསུམ་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

དམྱེ་ཅུ་ཉི་པ་སྒྲི་ལྷ། །ཉི་མུ་གཤམ་གྱི་གཤམ་གེ།

ཐུ་ཁི་ཕྱེ་ར་བེ་གུར་མི། །

गुह्यं भूयः कुर्वन्ति शत्रवः ॥

ཞེས་པའི་དམུ་ཡུ་བར། ཅུ་མ་ཉིའོ་བྱེད་པ། པདྱེ་རྩ་པདྱ་  
 ཅན། ཉི་ས་ངང་པ། ཀཀཀ་ཤ་ཀཀཀ་ཀེ་ཆོར་མ་རྩུབ་པོ་  
 ཅན། ལུ་ཁི་བཞིན་རས། ལུ་ར་ལི་ཀུའི་སྒྲ་སྒྲ་པར་  
 རྒྱུགས་པ། ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ། ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་ལུ་  
 བར་བྱེད་པ་ཉི། བོད་སྐད་ཀྱང་རིམ་པ་དེ་དང་ལུ་ལུ་  
 པར་བུ་ལུ་ལུ་ལུ།

ཡུ་བར་འོ་བྱེད་པད་ཅན་གྱི།

ངང་པ་ཆེར་མ་རྒྱུ་པ་པོ་ཅན། །

བཞིན་པ་སྐྱེས་ལོ་ག་ཕྱེད་ཅིང་།

ལྷས་ནི་འདར་བར་བྱེད་ཅིང་མཆུས། །

ཞེས་པ་སྟེ། སྐད་གཉིས་ཀ་ལའང་གཤམ་བྱེད་གྱི་དབང་དུ་  
 བྱས་ནས་རིམ་པ་དགྲུགས་པའི་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་  
 བར་ཡོད་པ་འདྲིའོ། །དེ་ཉིད་གཤམ་བྱའི་དབང་དུ་བྱས་  
 ནས་རིམ་པ་མ་ཉམས་པར་བཀོད་ན། ངང་པའི་བཞིན་  
 རས་སམ་ཁ་ཡིས་སྒྲ་སྒྲན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྒྲིག་པར་  
 བྱེད་པ་དང་། ལྷས་འདར་བའམ་གཡའ་བར་བྱེད་ཅིང་།  
 པརྒྱ་ཅན་གྱི་ཡུ་བ་ཆེར་མ་རྩུབ་པོ་ཅན་ལ་མཆུས་འོ་བྱེད་  
 དེ་སྒྱུར་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའོ། །འདི་ལ་གཞུང་ཆོག་  
 དང་དབང་རྒྱུ་སྒྲིག་གི་ཆོག་བྱུར་ལས་གཤམ་བྱ་ཆགས་  
 ཅན་འབྲིག་པའི་ཆོས་ལ་ཞུགས་པ་ཞིག་དང་། གཤམ་བྱེད་  
 ངང་པ་དང་པརྒྱས་བྱས་པ་ལྟ་བུར་གོ་བ་ཞིག་འདུག་  
 ཀྱང་། རྒྱ་བོད་གྱི་འགྲེལ་པ་ཀུན་དོན་ལ་མི་མཐུན་པ་  
 མེད་པས། གཤམ་བྱ་བཅོམ་དེམ་མ་དགྲུགས་པའི་བཅོམ་  
 དོན་དང་། གཤམ་བྱེད་ཆོག་དགྲུགས་ཤིང་བར་ཆོད་པ་སྟེ་

གཉིས་ཀ་ལ་ཡང་ངང་པ་དང་པར་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་  
གཞན་ཅི་ཡང་གོ་མི་དགོས་པའང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

༥ རབ་བཅོམ་གྱི་གབ་ཆོག།

བཞི་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ལྷ་ཏ་ཡུ་ཀ་ནི་ཀུ་ལེ་ཏེ། །

སྒྲ་ཏ་ཡུ་སྒྲི་ཏ་མསྒྲ་མེ། །

ཅཱེ་སྒྲ་ཀུ་ལྷ་མཱུ་ཏ། །

ཏུ་ཡ་ལྷོ་མམ་རྒྱ་རི་ཏེ། །

ཞེས་འབྱུང་བའི་བོད་སྐད་ནི།

བྱ་མོ་མཛེས་མ་བྱོད་རྐང་པར། །

རྐང་གཏུབ་རྒྱས་པ་སྒྲ་སྒྲན་སྒྲོགས། །

མངོན་སུམ་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་འདིར།

བདག་གི་སློག་ནི་བརྟན་མ་ཡིན། །

ཞེས་པ་སྟེ། འདིར་གཤམ་བྱའི་བརྗོད་དོན་དངོས་ནི་ཁྱེ་ལུ་  
 མོ་ཞེས་བོད་ནས་བྱུང་གི་རྒྱུ་པ་མཛེས་ཤིང་རྒྱུ་  
 གདུབ་རྒྱས་པའམ་གནས་པའམ་ཐོབ་པ་སྤྱི་སྟོན་པར་  
 སློག་པ་ལ། རྒྱ་བ་དང་མིག་གི་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པའི་  
 སྐབས་འདིར། བདག་གི་སློག་ནི་ཤིན་ཏུ་ཡིད་དུ་ཡོང་  
 བའི་དངོས་པོ་མཐོང་བ་ལས་ཆགས་པས་ཟེལ་གྱིས་ནོན་  
 པའི་ཕྱིར་བརྟན་པ་མ་ཡིན་ཏེ་མི་གནས་སོ། །ཞེས་  
 པའོ། །འོན་ཀྱང་དེ་ཉིད་རྗོད་བྱེད་གི་སྤྱི་ཤིན་ཏུ་གྲགས་  
 རྒྱུ་ཞིང་ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་པས། སྤྱི་དེ་དོན་དེར་  
 འཇུག་ཐུབ་ཙམ་ཁོ་ནས་བརྗོད་པས་གོ་དཀའ་ཞིང་།  
 གཤམ་བྱའམ་བརྗོད་བྱའི་དོན་དེ་དེས་རབ་དུ་བཙམ་པ་  
 ཉེ་བུར་སྦྱར་བ་ནི་གཤམ་བྱེད་དེ། དེ་རྣམས་ཁྱེ་ངོས་འཛིན་  
 བོད་འབྲེལ་སྤྱི་མ་རྣམས་སུ་མ་བཤད་ཀྱང་འདིར་རྒྱུང་



ཟད་བཟློད་ན། ཀླ་རྩ་ལ་བོད་སི་བྱིན་པས་ཀླ་ནི་ཞེས་པ་  
 གྱེ་བུ་མོ་འམ་གྱེ་མཛེས་མ་ཞེས་པ་སྟེ། འདིར་ལ་འགྲེལ་པ་  
 གཉིས་ཀའི་རྒྱ་དཔེར་ཏེ་ཀ་རྩེ་ཞེས་འབྱུང་བས། གཞུང་  
 ཚིག་ཀྱང་རྒྱ་མཛེས་ལ་ཞེས་བསྒྱུར་ན་བོད་པའི་དོན་  
 དེ་ཉམས་པར་འགྱུར་བས། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་འགྱུར་  
 བཅོས་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་བཀོད་པ་ཡིན་  
 རོ། །གཞན་ཡང་ལྷ་ཏ་ཡ་རྒྱས་པ་སྟེ་རྒྱ་མཛེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
 རྒྱ་མཛེས་ཀྱི་ལ་ལ་རྒྱ་མཛེས་ཀྱི་ལ་ལ་ཞེས་པའི་དོན་  
 དང་། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་སྒྲ་ཏ་ཡ་སྟེ་ཏ་ཞེས་འབྱུང་བ་  
 ལྟར་ན་རྒྱས་པ་དང་། འགྲེལ་པའི་རྒྱ་དཔེར་སྒྲ་ཏ་ཡ་སྟེ་  
 ཏ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྒྲ་ཏ་ཐོབ་པ་དང་། སྒྲ་ཏ་གནས་པ་  
 སྟེ་གཉིས་ཀ་བསྒྱུར་དགོས། མཁྱེན་མཁྱེན་པར་སྒྲིགས་པ།  
 ཅི་ཅེ་མཛེས་པའམ་ཡིད་དུ་འོང་བ། ཏ་ཡ་སྟེ་ཏ་དང་། དེ་  
 ལ་ཇས་བྱིན་པས་ཏ་ཡ་བཅས་པ་རྒྱས་པ། ཏ་ཡ་ཏ་ཡ་  
 བཟློད་པ་སྟེ། དེའི་ཏ་ཡིག་ནི་དགག་ཚིག་ན་འདི་ན་ཉིད་

དོ། །འོ་ན་དེ་ན་མས་སྒྲ་ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་པ་དང་གོ་  
 དཀའ་བ་ཇི་ལྟར་སྒྲུམ་ན། ཀླ་ལ་ཞེས་པ་ཡོངས་གྲགས་  
 དུས་ལ་འཇུག་ཀྱང་འདིར་རྒྱང་པ་ལ་འཇུག་ཅི་སྒྲ་སྒྲ་བ་  
 ལ་འཇུག་པ་འདིར་མཛེས་པའམ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ལ་  
 འཇུག་པ་དང་། རྒྱ་རི་ཤུལ་ང་ར་འཛིན་པའི་དོན་ལ་ཤ་  
 ཡིག་གིས་དགག་པ་དང་། ལྷ་ཏ་ཡ་རྒྱང་གཏུབ་བྱིལ་  
 རྒྱང་ཅན་ལ་འཇུག་པ་སོགས་ཀྱིས་མཚན་ཏེ་ཡོངས་སུ་  
 མ་གྲགས་པའི་སྒྲ་དེ་ན་མས་ཀྱིས་བཟོད་དོན་བཅོམ་པ་  
 ལྟར་སྒྲ་ང་བས་རྟོགས་དཀའ་བའི་ཆོག་སྒྱུར་དེ་ལྟ་བུའི་  
 གཤམ་བྱེད་ཀྱིས་གཤམ་བྱའི་དོན་སྒྲས་པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་  
 རྒྱུད་ལ་དཔེར་བཟོད་ན། རྒྱ་རྒྱ་མི་སྒྲོགས་མཁའ་འགྲོས་  
 མཚན། །ཞེས་པའི་ངག་ལྟ་བུ་ན་མ་པ་གསལ་ལོ། །ཞེས་  
 དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །

༥ མཐུན་གཟུགས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག།

## ལྷ་པ་ནི།

གང་གི་ཡལ་འདབ་ཡལ་འདབ་ལ། །

མེ་ཏྲ་ག་སྐྱུམ་པ་འི་དྲོག་པ་ཅན། །

འབྲི་ཤིང་ཡལ་འདབ་ལྷ་པ་ནི། །

སྦྱེད་ཚུལ་ཚལ་འདྲིའི་བདག་གིས་མཐོང་། །

ཞེས་པ་འདྲིའི་གཤམ་བྱ་སྦྱེད་ཚུལ་དུ་བྱད་མེད་མཐོང་བ།

གཤམ་བྱེད་དེ་ལ་འབྲི་ཤིང་གི་ཐ་སྦྱད་བཏགས་ནས་

བརྗོད་པ་ཅམ་སྟེ། དེ་ཡང་བྱད་མེད་ཀྱི་ལག་པ་ལ་ཡལ་

ག་དང་སོར་མོ་ལ་ཡལ་འདབ་དང་། སེན་མོ་ལ་མེ་ཏྲ་ག་

གི་དྲོག་པ་སྐྱུམ་པ་ཅན་ཞེས་བཏགས་པས། ཡལ་ག་

སོགས་འབྲི་ཤིང་གི་ཚུལ་མང་པོ་བརྗོད་པ་འི་ངག་ཚིག་

གིས་དོན་བསྐྱེབས་ནས་དེ་ཏྲ་བྱེད་བྱེད་མེད་ཡན་ལག་

ལྷ་པ་ཅན་མཐོང་བ་ལ། འབྲི་ཤིང་ཡལ་འདབ་ལྷ་པ་

ཅན་མཐོང་ཞེས་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་པ་གཅིག་པ་གཞན་  
 གྱིས་རྫོང་བྱེད་བྱས་ནས་བརྫོང་དོན་དངོས་གཤམ་  
 པའོ། །དེས་ན་བསྐྱུས་བརྫོང་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་  
 པར། བསྐྱུས་བརྫོང་ལ་ཆོས་མཚུངས་པ་གང་ཡང་རུང་  
 བའི་སྒོ་ནས་བརྫོང་དུ་རུང་ལ། འདིར་ནི་གཟུགས་ཀྱི་  
 རྣམ་པ་ཁོ་ནའི་སྒོ་ནས་དངོས་བཏགས་གཉིས་ཀྱི་  
 མཚུངས་ཆོས་བསྐྱེགས་ནས་བཏགས་པ་དེ་འབྲེལ་བའི་  
 ཆོག་གིས་རྫོང་བྱེད་དགོས་པ་ཅམ་གྱིས་དབྱེ་བར།  
 བཏགས་པའི་དོན་བཀོད་སྟགས་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་དང་།  
 མཐུན་གཟུགས་གཤམ་ཆོག་ཅེས་པའི་མིང་དང་། གཞུང་  
 གི་དཔེར་བརྫོང་སྟགས་ཀྱིས་གསལ་བར་སྟོན་པ་འདིའོ། །

༥ རྒྱལ་ཁོ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་།

རྒྱལ་ཁོ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་།

སྐྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་ལྷ་།

སྒྲིམ་རྒྱུ་ད་ཤ་རྒྱུ་ཅེ་ལྟ།

མཛུ་རྒྱུ་ཨི་མ་མཛུ་རྒྱུ།

སྒྲིམ་རྒྱུ་ཨི་མ་མཛུ་རྒྱུ།

ཞེས་འབྱུང་བ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

བཅུད་ལྷན་བཅུད་ཀྱི་ཁང་པ་ཅ།

སྒྲིམ་ལོད་ཀྱིས་རང་དབང་རྒྱ།

བཅུད་ལྷན་རྒྱུ་བྱུང་བྱུང་བྱུང་བ།

དེ་རྒྱུ་མཛུ་ད་ཨི་བྱུང་བ་བཞིན།

ཞེས་པའོ། ཡང་ན། ཆང་མ་རྒྱུ་མཛུ་ཨི་ཆང་ཁང་དུ། སྒྲིམ་  
ལོད་ཀྱིས་ཅེ་དགར་འབྱུང་སྐད། ད་ཨི་རྒྱུ་པར་བྱུང་དེ་  
རྒྱུ་མཛུ། ཆང་གི་རྒྱུ་བྱུང་བ་བཞིན། ཞེས་པ་རྒྱུ། དེ་  
ཡང་བཅུད་དེ་ཆང་དང་ལྷན་པ་ཆང་མཛུ་ཉིད་ཆང་

སྒྱུར་བའི་ཁང་པ་ན་སྒྱུས་པས་དགོད་པའི་སའི་འོད་  
 གྱིས། རང་དབང་སྟེ་གང་འདོད་དུ་རྒྱ་ཞིང་བཅུད་དང་  
 ལྷན་པ་ཆང་གི་རྫིང་བུའམ་ཁང་པར་སྒྱུས་པར་བྱས་  
 ཟེན་པ་དེ་ནམས་ད་ནི་ཆང་གི་རྫིང་བུའི་ནང་དེ་ཉིད་དུ་  
 བྱིང་ཞིང་རྒྱབ་པ་བཞིན་དུ་གྱུར། ཅེས་ཕུལ་བྱང་གིས་  
 བརྗོད་པ་སྟེ། འདི་ལ་གཤམ་བྱ་གཤམ་བྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཆེར་  
 མེད། ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཚུལ་ཞིག་  
 བྱས་ན་བརྗོད་མ་ཐག་པའི་དོན་དེར་འཇུག་པས་མཆན་  
 ཉིད་ཡོད་ཅེས་མཁ་ངེས་ཆོག་བཤད་རུང་ཅེས་ཡོད་པས་  
 སྒྲ་ཉམས་སུ་མི་འགོ་བ་ལ། ཡོངས་གྲགས་ལྟར་གྱི་སྒྲུབ་  
 སྒྲུབ་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ནས་གོ་བ་བཅའ་ན་བརྗོད་ཀྱི་  
 རིག་པ་ལ་ངེ་ཅེས་མཁས་པས་ཀྱང་འཇུག་ཡུལ་གང་  
 དུའང་ཁ་ཆོན་མི་ཆོད་པས་མགོ་སྤངས་པར་བྱས་ནས་  
 མཐར་བྱིང་བ་བཞིན་ཞེས་ཆོག་རྒྱབ་ཀྱི་བརྗོད་པའི་ནམ་  
 པའང་ཡོད་པས་རྒྱབ་མའི་གཤམ་ཆོག་ཅེས་བྱ། འོ་ན་འདི་

ལ་ཡོངས་གྲགས་མ་ཡིན་པའི་འཆད་ཚུལ་དང་སྐྱབ་ཚུལ་  
 ཡོད་པ་དེ་ཇི་ཉྟ་བུ་ཞེ་ན། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེའི་རྒྱུ་དང་  
 དང་པོའི་མགོར་སྐྱ་རྩེ་ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་དང་། རྒྱུ་  
 པ་བཞི་པའི་མགོར་སྐྱ་རྩེ་ཞེས་འབྱུང་བ་འདི་གཉིས་ཁོ་  
 ནའི་སྐྱབ་ཚུལ་གྱིས་སྐྱ་རྩེ་ཞེས་བཅུག་ནས་གཤམ་པ་སྟེ། དེ་  
 ཡང་དང་པོ་སྐྱ་རྩེ་ཞེས་པ་ཆང་ཡིན། དེ་ལ་སྐྱ་རྩེ་པའི་  
 སྐྱབ་ཚུལ་དང་བསྐྱར་ན་སྐྱ་རྩེ་ལས་བྱེད་སྐྱ་རྩེ་ལ་མང་  
 པོར་ཏེ་ཨིལྱ་རྩེ་བཞིན་འདྲ་ལོ། །ཞེས་པའི་མདོས། སྐྱ་རྩེ་  
 ལ། དེ་བྱེད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་ལ། རིམ་འཛིན་གྱི་བྱེད་  
 ཨིལྱ་རྩེ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་ལས། རྒྱལ་ཁོ་ཀུན་གྱི་སྐྱ་  
 རྩེ་སྐྱར་བས། སྐྱ་རྩེ་གྲུབ། སྐྱར་ཡང་བྱེད་པ་པོ་ལ་རྩེ་  
 རིམ་འཛིན་རྩེ་ལས་སོ། །ཞེས་པས་ཨིལྱ་རྩེ་གྱི་སྐྱར་ལ། རིམ་  
 ཨིལྱ་མ་ཡིན་པ་ལོ། །ཞེས་པས་ཨིལྱ་རྩེ་རྩེ་དབྱེ། ར་  
 སྐྱ་མེད་ཨིལྱ་ལ་བྱེད་སྐྱ་དེ་ལ་རྩེ་དབྱེ་དང་པོའི་མང་  
 རིམ་འཛིན་གྱི་རྩེ་སྐྱར་སྐྱ་གི་ཨིལྱ་བཞིན་དང་པོ་དག་

གི་ཨུ་འི་འོ་ཞེས་པས། རའི་སྒྲིག་གི་ཨ་དང་རིང་པོ་  
 གཅིག་དུ་སོང་། ས་རྣམ་བཅད་བྱས་པས། ལུ་རྩུབ་པ་  
 ཆང་སྦྱར་བ་པོ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། སྐབས་འདིར་དཔང་  
 རྒྱུ་གི་འཆད་ཚུལ་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་དང་ཤིན་དུ་མཐུན།  
 འོན་ཀྱང་ཨུ་འི་རྒྱུ་སྦྱར་ནས། ལུ་ར་ཐུང་དུ་བྱུང་རྗེས།  
 སྐར་ཡང་མོ་རྟགས་ཁྲུ་བྱིན་པར་འཆད་པ་དང་། གལ་  
 བྱ་ཆང་མ། གལ་བྱེད་ཆང་ཡིན་པར་འཆད་པའི་འཆད་  
 ཚུལ་དེ་གཉིས་རྒྱ་འབྲེལ་དུ་འང་མེད། རིག་པས་ཀྱང་མི་  
 འཐད་པར་མངོན་ཏེ། ཆང་གི་སྐད་དོད་ལུ་རྩུབ་པ་  
 ཡོངས་གྲགས་ལ། འདིར་མགོ་ཚྩངས་པའི་བྱིར་ཨ་ཐུང་  
 མཐའ་ཅན་དུ་ནན་གྱིས་བསྒྱབས་པ་དེ་དགོས་པ་མེད་  
 བཞིན་དུ་སྐར་ཡང་རིང་པོར་བཏང་བའི་བྱིར་རོ།

རྐང་པ་བཞི་པའི་མགོར་ཡོད་པའི་སྐར་རྩི། ཡང་ཆང་གི་  
 སྐད་དོད། ལུ་རྩུབ་ལ། དེ་ཕན་གྱི་ཨུ་རྒྱུ་སྦྱར་བས། སྐར་



ཞེས་གྲུབ་པ་ཆང་གིས་བཟེ་བའམ། མྱོས་པ་ལ་འཇུག་པ་  
 ཡིན། གྲི་བཟང་གི་སྐད་དོད་རྒྱ་དཔེར་མེད། སྡི་རྩ་ཞེས་  
 པ་སྤར་དལ་བྱ་ལ་བསྐྱར་ཡང་། རང་འདོད་དམ་རང་  
 དབང་གི་དོན་ཡིན། མཇུ་བྱང་བ་ལ་འཇུག་པས། འདིའི་  
 གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མ་མ་རྡ་པ་རྒྱེ་  
 ཏས་འགྱུར་བཅོས་ཇི་ལྟར་གནང་བ་བཞིན་དུ་བཀོད་པ་  
 ཡིན། དེས་ན་གཞུང་དང་རྒྱ་འགྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་འདི་  
 ཁོ་ན་ལས་མི་འདའ་བས་དཔང་ཤིག་ཏུ་འང་སྟོལ་  
 འཇུག་པའི་སྒྲིམ་ཡེ་མེད། འོན་ཀྱང་ལོ་རྩ་བ་ཆེན་པོ་  
 དཔལ་ལྷན་ཤོད་སྟོན་གྱིས་གཤམ་ཆོག་གི་སྐབས་འདིར་  
 དགོས་པའི་གཙུག་པོ་མགོ་སྟོངས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཁོ་  
 ན་ཡིན་པས་འགྱུར་ལྷགས་ཀྱང་། སྤར་བྱང་དུ་སྐྱེས་པའི་  
 ཏྲགས་ཅན་དེ་སྟོལ་འཇུག་པ་ལ་དགོངས་ནས། ལྟ་  
 རྣམས་སྟོལ་ཡི་ཁང་པ་རུ། ཁོ་ཡི་འོད་གྱིས་དལ་བྱར་  
 རྒྱ། གྲི་བཟང་རྗེས་བྱར་མྱོས་བྱས་པ། འདི་རྣམས་ད་ནི་

གན་མོ་བཞིན། །ཞེས་བསྐྱར་བས་སྒར་བཤད་ཟེན་པའི་  
བརྗོད་དོན་དངོས་དེ་གཤམ་བྱ་དང་། འདི་གཤམ་བྱེད་དུ་  
ཤུགས་ཀྱིས་གྲུབ་པས་བོད་ཡུལ་འདིར་དེ་ལྟར་འཆད་པ་  
ལོ་ལྷ་བའི་འགྱུར་ལས་བྱུང་བའི་འཆད་ཚུལ་རྣམས་གྲངས་  
པ་ཞིག་གོ།

༡ གྲངས་ཀྱི་གཤམ་ཆོག།

བདུན་པ་ནི།

སྒྲ་ལྡན་དབྱས་གནས་གསལ་བྱེད་བཞིས། །

ཡོངས་སུ་རྣམ་པར་བརྒྱན་པ་ཡི། །

གྲོང་བྱིར་འགའ་ཡོད་འགའ་ཞིག་ན། །

མི་བདག་ཡིག་བརྒྱད་མིང་ཅན་ཡོད། །

འདིར་གཤམ་བྱ་ཀའ་ཕུ་རྩེ་ཞེས་བྱ་བའི་གྲོང་ཁྱེར་འགའ་  
 ཡོད་པ་དེའི་ནང་ཚན་གྱི་བྱེ་བྲག་འགའ་ཞིག་ན་མི་  
 བདག་རྒྱལ་པོ་བསྐྱེད་བཞེས་པ་འདྲ་བ་ཀྱི་མིང་ཅན་ཡོད་  
 རོ་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། གཤམ་བྱེད་ཡི་གེའི་གྲངས་བཟང་བ་ཁོ་  
 ནས་སྟོན་དགོས་པས་ཏེ། དེ་ཡང་སྣ་ལྔ་ན་དབུས་ན་  
 གནས་པ་ནི་ཉ་ཡིག་གསལ་བྱེད་བཞིས་ཡོངས་སུ་རྣམ་  
 པར་བརྒྱན་པ་ནི་ཀ་ཙ་ཕུ་རི་བཞི་སྟེ། བོད་སྐད་དུ་གྲོང་  
 ཁྱེར་གསལ་ལྔ་ཞེས་བྱ། སྐར་ཡང་ཡིག་བརྒྱད་མིང་  
 ཅན་ཞེས་པའི་ཡི་གེ་བརྒྱད་ནི་གྲོང་ཁྱེར་དང་རྒྱལ་པོ་  
 གཉིས་ཀའི་མིང་གི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཡི་  
 གེའི་གྲངས་ཀུན་སྒྲིམ་པ་སྟེ། ཀ་དང་ཉ་ཙ་ཕུ་རི་བ་ལྟ་བུ་  
 རྣམས་སོ། །སྐར་ཡང་དེ་ཉིད་རྒྱལ་པོའི་མིང་ཡིན་པར་  
 བྱས་པ་འདི་བརྟེན་ཞེས་པ་ཡི་གེ་དང་མདོག་གཉིས་ཀ་  
 ལ་འབྲུག་པས་ཇི་སྟར་བཀྲལ་ཡང་ཆེར་མི་འགལ་མོད།  
 འོན་ཀྱང་འདིར་གཤམ་ཆོག་གི་སྐབས་ཡིན་པས་གྲོང་ཁྱེར་

གྱི་མིང་དུ་སྒྲོས་ཟེན་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་པོའི་མིང་དུ་སྒྲོས་པ་  
སྒྲོངས་སུ་འདུག་པའི་དགོས་པ་ཅན་ཡིན་པས་མི་འགལ་  
ཞིང་། དོན་གྱི་ཆ་ནས་གོང་ཆ་ནས་གོང་བྱེད་སེར་སྐྱའི་  
རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་མ་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་དང་།  
སྒྲོངས་བྱེད་ཀྱང་འདྲིར་ནི་གྲངས་ཁོ་ནའི་སྒྲོ་ནས་ཡིན་  
པས་ཡིག་བརྒྱད་མིང་ཅན་ཞེས་བསྐྱར་བ་ཉིད་ལེགས་  
པར་བཞེད་དོ། །

༥ རབ་བཏགས་གྱི་གཤམ་ཆོག།

བརྒྱད་པ་ནི།

ཆོག་ནམས་རབ་ཏུ་འབྱུལ་བ་དང་། །

མགོ་བོ་དུད་ཅིང་མིག་དམན་པ། །

འདུག་ཀྱང་འདར་ལྡན་བདག་ལ་ནི། །

གན་མོ་རྗེས་སུ་མི་བརྩེའམ། །

འདིའི་གཤམ་བྱ་དབུལ་པོ་འགའ་ཞིག་ཕྱག་པོ་ལ་སྦྲང་བ་  
 བཟོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ཡང་། འདོད་ལྡན་འགའ་  
 ཞིག་གིས་ཀན་མོ་ཞིག་ལ་ཀྱ་རེ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་སྤང་  
 བས། དེར་འབྱུལ་དུ་བཅུག་ནས་གཤམ་པ་སྟེ། དབུལ་པོ་  
 རྒྱལ་པས་སྦྲང་བའི་ཚིག་འབྱུག་པ། དེ་ལས་གཞན་  
 ཆགས་པའི་བྱགས་ལས་དེ་ལྟར་སྤྲོ་བར་འབྱུལ་དུ་འཇུག་  
 པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་པས་མགོ་བོ་དུད་པའི་རྣམ་  
 པ་ཡང་ཆགས་པས་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་ལ་དང་། སྤྱག་ཅིང་  
 འཕྲོང་པས་མིག་དམན་པ་ཡང་ཆགས་པས་མིག་དམན་  
 པ། སྤྱག་ཅིང་རྒྱལ་པས་འདར་བ་ཡང་ཆགས་པས་  
 འདར་བའི་རྣམ་པར་རྟོག་ཅིང་སྤང་བར་བྱས་ནས།  
 བློ་ཞེས་ཕུན་ཚོགས་ཅན་ཏེ་འབྱོར་ལྡན་ལ་བོས་ནས་  
 བྱོད་བདག་ལ་རྗེས་སུ་མི་བཅེའམ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་  
 གྱུང་། བློ་འི་ཀན་མོ་ལ་ཡང་འཇུག་པས་དེར་འབྱུལ་དུ་  
 བཅུག་པའོ། །

༧ མིང་དུ་འདུས་པའི་གཤམ་ཆོག།

དགུ་པ་ནི།

མིག་མི་བརྟན་མ་ས་ལྡན་འགའ། །

དང་པོར་རྩ་ཇ་ཞེས་པ་སྒྲིགས། །

ས་རྩ་ཏ་ན་ཡང་སྟེ་འདི། །

རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་བྱུང་འབྱུག་མིན། །

ཀྱེ་མིག་མི་བརྟན་མ་ཞེས་བོས་ནས་འདིར་གཤམ་བྱ་གིང་  
རྩ་ཇ་ཏ་ན་སྟེ་འཕགས་ཡུལ་པལ་སྐད་དུ་སྒྲི་རྩ་ཞེས་  
འབོད་པ་ཞིག་ཡིན་པར་རྩ་སྒྲིའི་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་བཤད།  
འགྲེལ་པ་འདོད་འཇོར་ཡང་། རྩ་ཇ་ད་ཅི་ཏེ་རྒྱལ་པོའི་  
ཟས་ལ་སོགས་པ་གསུམ་ནི་གིང་སྒྲི་རྩ་ཏ་གིང་འོ་མ་ཅན་  
ལའོ་ཞེས་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་དོ། །གཤམ་བྱེད་ནི་དེ་དང་  
མིང་གི་རྣམ་པ་འགའ་ཞིག་འདྲ་བའི་དོན་གཞན་རྒྱལ་

བོ་དང་ཁྱབ་འཇུག་ལ་སོགས་པའི་སྒོ་ནས་བརྗོད་པའི་  
 མིང་མང་པོས་བར་བཅད་པའམ། དང་པོ་མིང་དེ་དོན་  
 གཞན་དུ་གོ་བར་བྱས་པའམ། དོན་གཞན་མང་པོའི་  
 མིང་བརྗོད་བྱ་འདྲིའི་མིང་དུ་འདུས་པར་བརྗོད་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་སོ། །དེ་ཡང་འདྲིའི་རྒྱ་སྐད་དུ། སྤྱི་མཐུན་  
 འབྱུང་བ་བོད་སྐད་དུ། ས་ལྷན་ཏེ་དེ་ཉིད་ས་གཞི་སྦྱང་  
 བའི་མིའི་རྒྱལ་པོ་ལའང་འཇུག་ས་ལས་སྦྱེས་པའི་ཤིང་  
 ལའང་འཇུག་པ་ལ་ངེས་བཟུང་མ་བྱས་པར་ས་ལྷན་  
 འགའ་ཞེས་སྒྲིགས། དེ་ནས་དང་པོར་རྒྱ་རྒྱ་སྤྱི་མིའི་རྒྱལ་པོ་  
 དང་། ཤིང་རྒྱ་ཇ་ཏ་ནའི་མིང་གིས་ཆ་བསྐྱགས། ཡང་ས་  
 རྒྱ་ཏ་ན་ནི་རྟག་པ་ཅན་ནམ་རྒྱན་ལྷན་ཏེ་ཁྱབ་འཇུག་  
 གི་མིང་ཡང་ཡིན་ལ། ཡང་ན་ཨ་ཏ་ན་ཞེས་པ་ཏ་ན་མེད་  
 པ་དང་། དེ་ནུའི་དགག་ཆོག་གིས་བཀག་པས། རྒྱ་ཏ་  
 ན་ཞེས་པ་ཏ་ན་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དགག་པ་གཉིས་  
 གྱིས་རྣལ་མ་གོ་བས་ཏ་ན་ཡོད་པའོ། །ས་ཞེས་པ་བཅས་

པ་ཡིན་པས། ཏ་ན་མེད་པ་མིན་པ་དང་བཅས་པ་སྟེ། ཏ་  
ན་དང་བཅས་པ་ཞེས་པའི་དོན་དོ།

སྐབས་འདིར་ཏ་ན་ཞེས་པ་ནི་རྒྱས་པ་ལ་སོགས་པའི་  
དོན་ཅན་དུ་བསམ་མི་དགོས་དེ། ཤིང་རྩ་ཇ་ཏ་ན་ཞེས་  
པ་དེའི་མིང་གི་མཐའོ། །དེས་ན་ཚུལ་དེ་ལྟར་གནས་པ་  
ལས་སྐར་རྩ་ཇའི་སྒྲ་རྒྱལ་པོ་མ་ཡིན་ཅིང་། ས་རྩ་ཏ་ན་  
ཡང་ཁྱབ་འཇུག་མིན་ཅོ། །ཞེས་དེ་གཉིས་ཡིན་པ་བསམ་  
ཞིང་། བཅས་པའི་དོན་གྱི་ས་དང་དགག་པའི་ན་ཡང་།  
ཤིང་ཡིན་པ་སྟོན་བྱེད་གྱི་ཆོག་རོར་སོང་བ་དོར་ནས།  
དེས་བསྟན་པའི་བརྗོད་དོན་དངོས་སུ་གྱུར་པ་ཏ་ན་  
དང་བཅས་པའི་རྩ་ཇ་དེ་ནི། འདིར་ཤིང་རྩ་ཇ་ཏ་ནའི་  
མིང་ཡིན་པར་བདེ་སྒྲག་དུ་རྟོགས་པར་བྱས་པའོ། །འདི་  
ནི་རྒྱ་འགྲེལ་དང་དཔང་རྟེན་མཐུན་པའི་དགོངས་དོན་  
གཙང་མ་ལྟར་བཀྲལ་བ་ཡིན། འགྲེལ་པ་གཞན་དག་





ཅིང་གནས་པ་སྒྲ་ཚོགས་པའི་ཀྲོག་སྟེ་ཐབས་དུ་མས་  
འཇིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་འགྲུགས་ཤིང་དབང་དུ་བྱེད་ལ།  
རང་དབང་དུ་སྦྱས་ཀྱང་གཟུང་དཀའ་བ་འདི་རྣམས་  
ཡུན་སྦྱར་ཚོགས་པའི་དཔལ་གྱི་ཚོས་ཡིན་ཀྱང་། སྤང་  
འཚོང་མའི་བྱེད་ཚོས་སྦྱ་ཡང་འགྱུར་བར་མ་ཟད་དེའི་  
རྣམ་པ་གསལ་བས་བརྗོད་བྱའི་དཔལ་དངོས་སྒྲིབ་པར་  
བྱེད་པའོ། །

༡༡ མཐུན་པའི་གཤམ་ཚོགས།

བརྒྱ་གཅིག་པ་ནི།

བྱོད་གྱི་ས་མིན་མིང་མཐུན་གང་། །

རབ་གྱུར་སྒྲ་མིང་ཅན་ལས་རྒྱལ། །

དེ་ཡིས་དང་བདག་མཚོགས་ཏུ་ནི། །

སྤང་ཐུན་བྱེད་དོ་སྦྱར་སྒྲིག་མ། །

གྱེ་སྟན་པར་སྒྲོགས་མ་ཞེས་བོད་དེ། གཤམ་བྱ་ཁྱོད་གྱེ་མཆུ་  
 སྒྲོས་དམར་བ་བྱེ་རུའི་ཁ་དོག་ལས་རྒྱལ་བ་དེས། དེང་གི་  
 ཏུས་འདོད་ལྡན་བདག་ཡིད་འདོད་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་སྤེད་  
 པ་དང་ལྡན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། གཤམ་བྱེད་མིང་  
 མཐུན་པའི་སྒྲུའི་རྣམ་གྲངས་གཞན་མང་པོ་བཀོད་ནས་  
 དངོས་མིང་ཐད་ཀར་མ་སྒྲོས་པའོ། །དེ་ཡང་རྟ་རྩ་ཞེས་  
 པ་ས་གཞིའི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་འཛིན་མ་ཞེས་པ་སྟེ། དེ་  
 ཡིག་གིས་བཀག་པ་ཡི་རྟ་རྩ་ནི་ས་མིན། དེ་དང་མིང་  
 མཐུན་པ་ནི་མཆུ་སྟེ། མཆུའི་མིང་ལ་ཡི་རྟ་རྩ་ཞེས་བྱ་  
 སྟེ། འདོད་འཛིན། ཡི་རྟ་རྩ་ནི་མ་མཆུ་ཉིད་དོ། །མ་མཆུ་  
 ཡི་རྟ་རྩ་སྟེ་པོ། །འོག་དང་དམན་པ་དག་ལ་  
 གསུམ། །ཞེས་སྟོབས་གྱེ་དབང་ཕྱག་གིས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་  
 བ་ལྟར་རོ། །ཡང་བྲ་ལ་ཞེས་པ་སྐྱེད་དང་། བྲ་ཞེས་པ་རབ་  
 སྟེ་ཆོག་བསྐྱུས་པས་བྲ་བྲ་ལ། རབ་ཏུ་གྱུར་པའི་སྐྱེ་ནི་  
 བག་མའི་ལན་བྱ། དེ་དང་མིང་མཐུན་པ་ནི་བྱེ་རུ་སྟེ།

འདིའི་མིང་ལ་བྲ་བྲ་ལ་ཞེས་གྲགས་པས་སོ། །དེ་ལས་  
རྒྱལ་བ་ནི་དེ་དང་མཚུངས་པའི་ཁ་དོག་ཅན་གྱི་མཚུ་  
སྒྲིམ་དམར་པོའོ། །དེས་ན་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་  
དེས་བརྗོད་དོན་བསྐྱབས་པ་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་གཞན་  
པའི་འཆད་ཚུལ་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་ན་མེད་དོ། །

༡༢ མྱོངས་པའི་གའ་ཚོགས།

བརྒྱ་གཉིས་པ་ནི།

འདོད་ལྡན་དག་ནི་མལ་སྟན་ལ། །

ཁྲོ་བས་བྱེར་བསྐྱོག་ཉལ་བར་བྱུར། །

ཆགས་པས་དེ་བཞིན་ཉིད་ཉལ་ཏེ། །

དལ་བྱ་ཡིས་ནི་ཁ་དག་སྒྱུར། །

འདིར་གཤམ་བྱ་འདོད་ལྡན་ཁྱོད་ཤུག་ཁ་སྦྱར་དུ་ཉལ་ནས་  
 འདོད་པ་སྦྱོད་པ་དང་། གཤམ་བྱེད་དེ་གཉིས་རྒྱལ་སྦྱོད་དུ་  
 ཉལ་བར་གོ་ཞིང་འབྲུལ་བཅུག་པ་སྟེ། དེ་ཡང་འདོད་  
 ལྡན་མ་འདོད་ལྡན་ལ་སྟོབས་མལ་སྟན་ལ་ཁ་སྦྱགས་  
 ཤིང་ཕྱིར་བསྐྱོད་སྟེ་ཉལ་བར་གྱུར་ཅིང་། ཆགས་པའི་  
 དབང་གིས་འདོད་ལྡན་གྱང་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་སྟེ་དེ་  
 ལས་ཕྱིར་བསྐྱོད་པ་གན་རྒྱལ་དུ་ཉལ་བ། དེས་ན་དལ་  
 བྱས་ཁ་ཇི་སྟར་སྦྱར་སྟམ་སྟོངས་པར་བྱས་པའོ། །གཤམ་  
 བྱའི་དོན་ཇི་བཞིན་བརྗོད་ན་མལ་སྟན་ལ་སྟོབས་གན་  
 རྒྱལ་དུ་ཉལ་བ་ལ། དེ་བཞིན་ཉིད་དེ་དེ་ལ་མངོན་པར་  
 ཕྱགས་ནས་ཁ་སྦྱབ་དུ་ཉལ་ཞེས་པའི་དོན་ནོ། །

༡༣ ཡོངས་སྟོག་གི་གཤམ་ཆོག།

བཅུ་གསུམ་པ་ནི།

བྱ་རྒྱལ་ཟས་སྦྱིས་དབྱ་ཡི་ནི། །

སྒྲ་མའི་འོད་ཀྱིས་བཅོམ་སྒྲེ་བོ། །

ཁ་འཛོམས་གྲོགས་མིན་འཛོན་པ་ཡིས། །

ཁྱབ་པའི་མཁའ་ལ་མངོན་པར་དགའ། །

འདིར་གཤམ་བྱ་ཉི་འོད་ཀྱིས་གདུང་བའི་སྒྲེ་བོ་རྣམས་  
མཁའ་ལ་སྒྲིན་གྱིས་ཁྱབ་ན་མངོན་པར་དགའོ་ཞེས་པ་  
དང་། གཤམ་བྱེད་ཡོངས་སུ་མ་གྲགས་པའི་མིང་གི་སྦྱར་བ་  
སྒྲ་མ་ལ་བྱེ་མ་བྱེ་མ་སྒྲོས་པའི་འབྲེལ་པ་ཅན་མང་པོས་  
བརྗོད་བྱའི་དོན་ཡོངས་སུ་འཕྲོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
སོ། །དེ་ཡང་བྱ་ནི་འདིར་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དབང་གིས་  
མཁའ་མྱིང་དུ་གོ་དགོས་ལ། དེས་སྒྲོན་རྒྱ་མཚོ་སྐབས་  
སྒྲེས་ཀྱི་བདུད་ཅི་འཕྲོག་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཡོད་པས་བྱ་  
རྒྱལ་ནས་གང་ཞིག་ཐོབ་པ་ནི་བདུད་ཅི་དང་། དེའི་ཁ་  
ཟས་ཅན་ནི་བདུད་ཅི་ཟ་བ་སྟེ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན། དེ་  
ལས་སྒྲེས་པ་ནི་དབང་པོའི་བྱ་སྤྱིད་སྒྱབ། དེའི་དགའ་ནི་

ཀུན་ཀྱི་ཐད་དང་། དེའི་སྒྲ་མ་ཉི་མ་ཡིན་ལ། དེའི་འོད་གྱིས་  
བཅོམ་སྟེ་གདུང་བའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་ཁ་བ་འཛོམས་  
པར་བྱེད་པ་མེ་ཡིན་ལ། མེའི་གྲོགས་མིན་པ་ནི་དགྲ་བོ་  
སྟེ་ཆུ། དེ་འཛིན་པ་ནི་སྤྲོན་ཡིན་པས་དེས་ཡོངས་སུ་བྱུང་  
པའི་མཁའ་ལ་མངོན་པར་དགའ་ཞེས་པའོ། །

༡༤ གཅིག་སྐྱབ་པའི་གབ་ཆོག།

བརྩ་བཞི་པ་ནི།

ནམ་ཡང་མཆོན་དང་བྱད་མེད་གྱི།

རུ་མའི་དགྱེལ་འཁོར་ལ་མ་རེག།

མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་གི།

ལག་ནི་འབྲས་མེད་མིན་ལོ། །

འདིར་གཤམ་བྱ་རྟེན་དྲི་བ། གཤམ་བྱེད་མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་  
 ཞིག་ཞེས་མིང་དངོས་སུ་མ་སྟོས་ཤིང་བྱེ་བྲག་གི་ངེས་  
 བཟུང་མ་བྱས་པས་སོ། །དེ་ཡང་ལག་པའི་དགོས་པ་ནི་  
 ས་རོལ་གྱི་དགྲ་བོ་འཛུམ་པའི་ཕྱིར་མཚན་ཆ་ལ་རེག་པ་  
 དང་། འདོད་ཡོན་གྱི་རོ་སྟོང་བའི་ཕྱིར་བུད་མེད་གྱི་རུ་  
 མའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་རེག་པ་དག་ཡིན་པས། བྱ་བ་དེ་  
 དག་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་པའི་ལག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།  
 སྒྱིར་འབྲས་བུའམ་དགོས་པ་མེད་པ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་  
 མི་མ་ཡིན་པ་འགའ་ཞིག་སྟེ་དམིགས་སུ་མ་བཟུང་བའི་  
 གཟུགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་གི་ལག་པ་ཤིང་ཨེར་རྒྱ་འདི་འབྲས་  
 བུ་མེད་པ་མིན་ཏེ་འབྲས་བུ་ཡོད་པའོ། །ཞེས་ཤིང་ཨེ་  
 ར་རྒྱའི་འབྲས་བུ་སྟོན་ལ་འགྲོ་བའི་དན་རྟ་ལྟ་གྲགས་  
 པ་འདི་ཡིན་པས་དེ་ལ་བསམ་ནས་བརྗོད་པ་སྟེ་འདོད་  
 འཛུམ་། ཨེ་ར་རྒྱ་སྟེ་དན་དའི་ཤིང་ལའོ། །ཞེས་དང་།  
 འདིའི་འདབ་མའི་དབྱིབས་ལག་པ་ལྟར་སོར་མོ་སྟེ་ཡོད་



བས་པ་ལྟུང་ལུ་མོ་མོ་ལྟུང་། ཁྱེས་ལྟུང་བ་ཡིན་  
 གྱང་། སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དབང་གིས་ལྟུང་བ་ཡོད་མེད་  
 ཟེར་བ་དགོས་པ་ཡོད་མེད་ལ་འཇུག་པས། ཨི་རུ་ལི་  
 འདབ་མ་ལག་པའི་དབྱིབས་འདྲ་བར་ཡོད་པའི་དྲི་ཟེར་  
 ལག་པར་གྲགས་པ་དེས་འདོད་ཡོན་ལ་ཚེ་བ་དང་། ས་  
 རོལ་འཛོམས་པའི་ལས་ཅི་ཡང་མ་གྲུབ་པས་ལྟུང་བ་  
 མེད་པ་ཡིན་བཞིན་དུ་འདིར་ལྟུང་བ་ཡོད་དོ་ཁྱེས་  
 བཟོད་པ་ལ་མ་རངས་པ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 ལོའི་སྒྲིལ་པའོ། དཔེ་ལ་ལར། ལྟུང་མེད་ཡིན་ན་  
 ལོ། ཁྱེས་ལྟུང་ཞིང་། འགྲེལ་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་འང་དེ་  
 ལྟར་བཀྲལ་བ་ནི་མི་འཐད་དེ། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར་ཨ་  
 ས་ལ་ཁྱེས་ལྟུང་བ་ལྟུང་མེད་དང་། དེ་ལ་གོང་གི་ན་  
 ཀེ་ལ་ཁྱེས་པའི་དགག་པའི་ན་སྐྱར་བས་ལྟུང་མེད་  
 མིན་པ་སྟེ་ལྟུང་བ་ཡོད་པའོ་ཁྱེས་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་  
 དང་དཔང་རྒྱུ་ཏུ་འང་བཤད་དོ། དེས་ན་འདིར་ཏེན་

དྲི་ཟ་གའ་ཅིང་བརྟེན་པ་ལག་པ་གསལ་བར་བྱས་པས་  
གཅིག་སྒྲིབ་པའི་གའ་ཆོག་ཅེས་བྱའོ། །

༡༥ གཉིས་ཀ་སྒྲིབ་པའི་གའ་ཆོག།

བཙུ་ལྷ་པ་ནི།

སྤྱ་ཞིག་གང་དང་འགྲོགས་པ་ཡི། །

བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ནི། །

ཐོབ་ཅིང་ཟས་ཀྱི་དུས་དག་ཏུ། །

གལ་ཏེ་མཐོང་ན་འདོར་བར་བྱེད། །

འདིར་གའ་བྱ་རྟེན་མགོ་བོ་དང་བརྟེན་པ་སྒྲིབ་གཉིས་ཀ་  
ཡིན་པས་དེའི་དབང་དུ་བྱས་ན་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ཀེ་  
ན་ཀམ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཀ་མགོའི་སྐད་དོད་དེ་དེ་ལ་སྒྲིབ་  
ཅིག་ཏུ་འགྲོགས་པའི་དོན་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་

གཅིག་ཚིག་ཏུ་བྱེན། ཏུ་ཨི་ནར་བསྐྱར་ཏེ་མཚམས་སྐྱར་  
 བས་ཀེ་ན་གྲུབ། ཡང་སྒྲིའི་སྒྲིང་དོད་ཀའ་ལ་ཅ་བྱིས་རྣམ་  
 དབྱེ་དང་པོའི་སྐྱབ་དེ་རྣམ་བཅད་བྱས་ནས་བསྐྱབས་  
 བས་ཀེ་ན་ཀམ་ཞེས་གྲུབ་པ་ཡིན། གཤམ་བྱེད་དེ་ལྟ་བུའི་  
 དངོས་མིང་མ་སྟོས་པ་སྟེ། དེའི་ཚེ་ན་ཀེ་ནམ་ཞེས་གཞུང་  
 གི་རྒྱ་དཔེར་འབྱུང་བ་དེ་ཡང་། ཀེ་ན་གང་དང་ཀམ་སྐྱ་  
 ཞིག་ཅས་པའི་སྒྲིང་དོད་དེ། མིང་མ་སྟོས་པ་དེའི་བྱད་  
 པར་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། སྐྱ་ཞིག་གང་དེ་དང་སྟེ་སྐྱ་ནི་མགོ་  
 བོ་དང་འགྲོགས་པའི་ཚེ་བཀྲ་བ་བཤད་པ་དང་རྒྱན་  
 འདོགས་པ་སོགས་གཅིས་སྟོས་དང་བྱེ་དོར་གྱི་བྱ་བ་  
 རྣམས་ཉེ་བར་ཐོབ་ཀྱང་ཁ་ཟས་ཀྱི་ནང་དུ་གཤམ་ཏེ་ཉག་  
 མ་གཅིག་མཐོང་ན་ཡང་ཀྱན་གྱིས་འདོར་བར་བྱེད་  
 དོ། །ཞེས་སྟོས་པའི་བྱད་པར་གྱི་ཚེས་ལས་རྟོགས་བྱར་  
 བྱས་ནས་གཉིས་ཀའི་དངོས་མིང་མ་སྟོས་པར་གཤམ་  
 པའམ། ཡང་ན་མེ་ལོང་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེ་མི་འདྲ་བ་རྒྱ་

གར་ན་ཡོད་པ་ཁ་ཅིག་དུ། ཀེ་ཅི་ཤུཌེས་འབྱུང་བར་རྒྱ་  
 འབྲེལ་དུ་བཤད་པ་ལྟར་ན། ཀེ་ནི་ཀ་ཡིག་སྟེ་ཚངས་པ།  
 དེ་ལ་གསུམ་པའི་རྒྱ་སྟེ་མ་ལྟར་སྟུར་བས་ཀེ་ན་ཞེས་གྲུབ་  
 པ། ཀེ་ཡིག་གིས་སམ་ཚངས་པས་ཞེས་པ་དང་། ཨི་ཤ་  
 དབང་ཕྱུག་སྟེ་མཚམས་སྟུར་བས། ཀེ་ནི་ཤུཌེས་གྲུབ་པ་  
 ཚངས་པས་དབང་ཕྱུག་དང་འབྲེགས་པ་ཞེས་པར་གོ་  
 ཞིང་ཚྱངས་སུ་བརྟུག་པའོ། །སྐབས་འདིར་བོད་མཁས་  
 པས་ཀེ་ནའི་ན་དང་། ཨི་ཤའི་ཨི་ཡིག་གཉིས་ཕྱིས་ཀེ་ཤ་  
 སྐལ་འབྱུག་པས་སོགས་ཀྱི་བཤད་པ་མཛད་ཀྱང་དེ་  
 འདྲའི་བཤད་ཚུལ་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ན་ནི་མེད་དོ། །

༡༩ ཡོངས་བརྗེས་ཀྱི་གཞུང་ཆོས།

བརྟུ་བྱུག་པ་ནི།

ཏ་ཡ་གཙུག་སྟེ་ཏ་ཅན། །

སྟེ་འདི་གལ་ཏེ་མ་རྒྱལ་ན། །

ལྷ་ཏི་ཀ་མེད་ངེད་ཀྱི་བྲ། །

འདི་ནི་ཡི་གེ་ཤེས་ཀྱང་སྟུན། །

འདིར་གཤམ་བྱ་ཡི་གེའི་སྟེ་མོ་ཙམ་ཡང་མ་བསྐྱབས་པས་  
ཡི་གེ་མི་ཤེས་པའི་ངེད་ཀྱི་བྲ་འདི་ནི་ཨ་ཁྲ་ར་སྟེ་འགྱུར་  
མེད་རྟག་པའི་རིག་བྱེད་ཤེས་ཀྱང་སྟུན་པོར་འགྱུར་ཏེ།  
ཡི་གེའི་མན་ངག་མ་བསྐྱབས་པས་བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་  
ཤིང་། དེ་མི་ཤེས་པས་སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱའི་གནས་ལ་  
སྤངས་པར་གྱུར་པའི་བྱུར་རོ་ཞེས་པའི་དོན་ཏེ། དེ་ཡང་  
ཏ་ཡ་ག་ཇ་སྟ་ཏ་ཞེས་པའི་ཏ་ཡིག་གིས་ཤ་ཤ་ས་ཏ་སྟ་  
སྟེ་དོ་བ་ལྷ། ཡ་ཡིག་གིས་ཡ་ར་ལ་ལ་སྟེ་མཐར་གནས་ཀྱི་  
ཡི་གེ་བཞི། གས་ཀ་སྟེ། ཇས་ཅ་སྟེ། ལས་པ་སྟེ། ཏས་ཏ་སྟེ།  
ནམས་དང་། སྟེའི་སྟེ་དོད་སེ་ནའི་ས་བཅས་པ་ཨི་ན་  
ཡི་གེ་མཚམས་སྟུར་བས་སེ་ན་སྟེ། ཨི་ཡིག་གིས་དབྱངས་

བརྩ་བཞི་དང་། ན་ཡིག་གིས་སྒྲུ་མ་ཚང་བའི་ཏ་སྒྲེ་  
 མཚན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེས་ན་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུ་ཏི་ཀ་  
 རྟེ། ཡི་གའི་བྱི་མོ་དབྱངས་དང་གསལ་བྱེད་ཅིམ་ཡང་མ་  
 བསྐྱབས་པ་ཞེས་བཞེད་རྒྱུ་ལ། གཤམ་བྱེད་ཏ་ཡ་ཏྟ་དང་།  
 ག་ཇ་སྒྲུང་པོ་དང་། རྟ་ཏ་དཔའ་བོའམ། ཀླང་ཐང་ངམ་  
 དཔུང་བུ་ཆུང་སྟེ་དཔུང་ཚོགས་ཡན་ལག་བཞི། སེ་ན་  
 ཞེས་པ་སྟེ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་པ་རོལ་གྱི་དཔུང་ཚོགས་སྟེ་  
 དང་བཅས་པ་འདི་ལས་གལ་ཏེ་མ་རྒྱལ་ཞིང་དེ་རྣམས་  
 མ་བཅོམ་ན། སྒྲུ་ཏི་ཀ་རྟེ། མ་མེད་པའི་ངེད་གྱི་བུ་འདི་  
 རི་ཨ་ཁྲུ་ར་ཏེ་ཡི་གེ་ཤེས་ཀྱང་སྒྲུན་པོ་ཡིན་ནོ་ཞེས་པར་  
 གོ་ཞིང་། འོན་ཀྱང་བུ་ཡིན་པ་དང་མ་མེད་པ་འགལ། ཡི་  
 གེ་ཤེས་པ་དང་། སྒྲུན་པོ་ཡིན་པ་འགལ་བས་དེ་ཇི་ལྟར་  
 ཡིན་སྟུམ་ཚིངས་སུ་བརྩམས་པའོ། །དེ་ལྟར་དཔེར་བཞེད་  
 པ་འདི་ནི་ཡོངས་སུ་འདྲེས་པའམ་བསྐྱེས་པའི་མཚན་

ཉིད་ཅན་ཡིན་ལ། འདི་ལ་ཅི་དང་ཅི་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ནེ་  
ན།

དེ་ནི་མིང་དུ་འདུས་པ་བསྐྱེས། །

བསྐྱེས་པ་ཡི་ནི་གཟུགས་དང་ལྡན། །

དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གཞན་གྱི་ཡང་། །

འདྲེས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་པར་བྱ། །

དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་ཡོངས་སུ་འདྲེས་པའི་གཤམ་ཆོག་  
དེ་ལ་ནི་གཤམ་ཆོག་དགུ་པ་མིང་གཞན་ཅན་ནམ་མིང་དུ་  
འདུས་པ་ཉིད་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ཏེ། ཉ་ཡ་ག་ཇ་སྟགས་མིང་  
དེ་ནམས་ལ་དོན་གཅིག་མིན་པའི་ཐ་དད་པ་དུ་མར་  
བཏགས་པས་དང་། གཞན་ཡང་གཤམ་ཆོག་གཉིས་པ་  
བསྐྱེས་པའི་གཟུགས་སམ་ངོ་བོ་དང་ལྡན་པ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་  
ཏྲི་ཀ་མེད་པའི་སྒྲ་ཡི་གེའི་བྱི་མོ་མི་ཤེས་པར་བརྗོད་

འདོད་ཀྱི་དོན་དེ། སྐྱེད་བྱེད་ཀྱི་མ་མེད་པ་ལ་རྟོགས་ཤིང་  
བསྐྱེད་བར་བྱེད་པས་སོ། །དེ་བས་ན་དཔེར་བརྗོད་པ་འདི་  
ལ་གཤམ་ཆོག་དགུ་པ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ཇི་ལྟར་  
བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་དེ་གཉིས་ལས་གཞན་པ་  
བཅུ་གསུམ་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་འདྲེས་པའི་རིམ་པ་སྟེ་  
རྣམ་པ་རིགས་བསྐྱེད་ཞིང་སྦྱོར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

སྦྱོན་སེལ་བཤད་པ།

གསུམ་པ་སྦྱོན་སེལ་བ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། མདོར་  
བསྟན་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དོན་ཉམས་དོན་འགལ་དོན་གཅིག་པ། །

ཐེ་ཆོམ་ཅན་དང་རིམ་པ་ཉམས། །

སྐྱེད་མན་ངལ་བསོ་ཉམས་པ་དང་། །



སྒྲེབ་སྦྱོར་ཉམས་དང་མཚམས་སྦྱོར་བྲལ། །

ཡུལ་དུས་སྦྱ་རྩལ་འཇིག་རྟེན་དང་། །

ལྷང་རིགས་དག་དང་འགལ་བ་སྟེ། །

སྦྱོན་བཅུ་དེ་དག་སྟན་ངག་ལ། །

སྟན་ངག་མཁན་གྱིས་སྤང་བར་བྱ། །

དམ་བཅའ་གཏན་ཚིགས་དཔེ་ཉམས་པ། །

ཞེས་པ་འདི་ཡང་སྦྱོན་མིན་ནམ། །

ཕལ་ཆེར་དབྱད་པ་དཀའ་བ་ཉིད། །

སྦྱར་བ་དེ་ཡི་འབྲས་བུ་ཅི། །

དོན་ཉམས་ཏེ་ངག་དེ་དང་འབྲེལ་པའི་དོན་བྲལ་བ་  
དང་། བཛོད་བྱའི་དོན་སྒྲ་ཕྱི་འགལ་བ་དང་། དོན་  
གཅིག་པ་སྟེ་སྒྲེས་པ་དང་། ངག་ཚིག་འདིའི་བཛོད་བྱའི་

འོན་ཀྱང་ཡིན་ནམ་མེན་ནམ་སྟམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཤེས་  
 པ་སྦྱེད་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤར་མདོར་བསྟན་པའི་གོ་  
 རིམ་དང་བྱིས་དེ་རྒྱས་པར་བཤད་པའམ། མིན་ཀྱང་  
 སྤར་བསྟན་པ་དང་བྱིས་བཤད་པ་གཉིས་ལ་གོ་རིམ་གྱི་  
 འབྲེལ་པ་ཡོད་པ་དག་རིམ་པ་མཐུན་དགོས་ཀྱང་མི་  
 མཐུན་པ་རིམ་པ་ཉམས་པ་དང་། སྤྱི་ཉམས་ཏེ་ལེགས་  
 པར་སྤྱར་བའི་སྐད་ལ་སྤྱི་བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་  
 བའི་སྦྱོར་བ་བྱུང་བ་དང་། རྩེབ་སྦྱོར་གྱི་ངལ་བཟོའི་སྣང་  
 མཚམས་ཉམས་པ་དང་། སྤྱི་སྤྱི་ཏའི་སྐད་ཀྱི་ཚིགས་  
 བཅད་ལ་རྩེབ་སྦྱོར་གྱི་གཞུང་ནས་བཤད་པའི་མཚན་  
 ཉིད་མི་ལྡན་པ་དང་། སྤྱི་བསྟན་བཅོས་ནས་བཤད་  
 པའི་མཚམས་སྦྱོར་མ་བྱས་པ་དང་དགྲ་པོ་དེའི་ཁར།  
 དུས་དུས་སྤྱི་རྩལ་འཛིག་ཏེན་ལྷང་རིགས་པ་དང་འགལ་  
 བ་སྤེལ་བྱ་པ་གཅིག་ཏུ་བཟང་བས་སྦྱོན་བཅུ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 དུས་ནི་རིམ་ལ་སྤོངས་པ། དུས་ནི་ཉིན་མོ་ལ་སྤོངས་པ། སྤྱི་

རྩལ་ནི་གར་དང་སྤྱུ་ལ་སོགས་པ། འཇིག་རྟེན་ནི་བསྟན་  
 པ་སྤྲོད་དང་གཡོ་བ་བཅུད་ཀྱིས་བསྟུས་པ་སྤྲོ་ཚོགས་པ་  
 དག་དང་། ལྷང་ནི་རིག་བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཡིད་རྟོན་པར་  
 བྱ་བའི་གནས་གང་ཡིན་པ་དང་། རིགས་པ་ནི་བེ་རོ་རྟ་  
 རྟེ་གཏན་ཚོགས་ཀྱི་རིགས་པས་རྗེས་སུ་རྟོགས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་སྟེ། དེ་རྣམས་རང་རང་གི་གནས་ལྷགས་དང་  
 དེས་པ་ལས་འགལ་བ། དམིགས་བསལ་དང་སྐབས་ཐོབ་  
 རྟ་བུའི་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་རང་གར་བྱུང་  
 བའི་རིགས་ནི་སྟོན་ཡིན་པས་དེ་རྣམས་སྟན་ངག་གི་  
 རྩལ་ལ་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་  
 མིག་གིས་བསྟས་ནས་སྤང་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེ་རྣམས་  
 སྟན་ངག་སུན་འབྲེན་པར་བྱེད་པས་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་མི་  
 མཐུན་སྦྱོགས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །འོ་ན་དམ་བཅའ་  
 ཉམས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྒྱན་གྱི་བསྟན་བཅོས་  
 གཞན་རྣམས་སུ་བཤད་པ་དེ་རྣམས་འདིར་མི་འཆད་པ་

ཅི་ཞི་ན། དམ་བཅའ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་སྟོན་པ་དང་། གཏན་  
 ཆོག་མ་ནི་དམ་བཅའ་དེའི་སྐྱབ་བྱེད། དེ་ནི་བསྐྱབ་བྱ་  
 དང་སྐྱབ་བྱེད་དེ་གཉིས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་རྟོགས་པར་བྱེད་  
 པའི་གཞི་ཆོས་མཐུན་པ་དང་མི་མཐུན་པ་གང་རུང་  
 ཅན་ཡིན་པས་དེ་གསུམ་ཉམས་པ་སྦྱར་སྦྱོན་ཡིན་ཀྱང་།  
 དེ་རྣམས་ནི་རྟོག་གའི་བསྟན་བཅོས་ཉིད་ལ་གྲགས་པ་  
 ཡིན་པས་དེ་ལས་ཤེས་པར་བྱ་དགོས་པ། དཔེར་ན། དེ་  
 ཡི་སྦྱོས་པ་མཐའ་དག་ནི། རྒྱུ་སྦྱར་གཞུང་དུ་ངེས་པར་  
 བསྟན། །ཞེས་པ་ལྟ་བུའོ། །གལ་ཏེ་དེའི་ཚུལ། ལམ་འདིར་  
 སྦྱར་ན་དེར་སློ་མ་སྦྱང་བ་པལ་ཆེར་གྱིས་དབྱད་པར་  
 དཀའ་བའི་གནས་སུ་འགྱུར་བ་དང་། སྟན་ངག་ལ་ཏ་  
 ཅང་མཁོ་ཆེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དང་། བསྟན་བཅོས་  
 ཐམས་ཅད་འདིར་བསྐྱས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་  
 ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྦྱར་བ་ལ་འབྲས་བུ་སྟེ་དགོས་པ་ཅི་ཡང་  
 མེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་བརྩ་ལས།

དང་པོ་དོན་ཉམས་པའི་སྒྲིན།

དང་པོ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད། དཔེར་བཞིན། དམིགས་  
བསལ་ལོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

ཚོགས་པའི་དོན་གྱིས་སྒྲིན་པ་གང་། །

དེ་ནི་དོན་ཉམས་ཞེས་པར་འདོད། །

སྒྲིན་པ་སྒྲིན་པ་བྱས་པ་ཡིས། །

བཞིན་ལས་གཞན་ལ་དེ་སྒྲིན་ནོ། །

གང་ཞེས་ཚོགས་ཚོགས་པའི་ངག་ལྷགས་ཀྱི་ཐུར་མ་ལྟ་བུ་  
སོ་སོའི་ཐད་ཀར་རང་རང་གི་དོན་ཅམ་རེ་ཡོད་ཀྱང་།  
དེ་ནམས་པན་ཚུན་གཅིག་ལ་གཅིག་མི་སྒྲིན་པའི་རང་  
དབང་ཅན་སེུ་འབྱ་བརྩ། འཁུར་བ་དུག་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་

ལ། དེ་དག་མཉམ་དུ་ཚྲགས་ཤིང་འབྲེལ་བ་ན་བཟོད་  
 འོན་སྟངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་ཉམས་ཞེས་པའི་  
 སྟོན་དུ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པས་དེ་འདྲ་དེ་ནི་  
 ཆང་ལ་སོགས་པས་སྟོས་པ་དང་། གདོན་གྱིས་བཏབ་  
 པའི་སྟོན་པ་སོགས་སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་པ་དང་།  
 བྱིས་པ་ཕྱ་མོ་སྤང་བྱ་དང་དོར་བྱ་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 བཟོད་པ་ནི་རང་དབང་མེད་པས་འོས་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་  
 གཞན་སྟུས་བཟོད་ཀྱང་དོན་ཉམས་པ་འདི་ནི་སྟོན་ཅན་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཟོད་ནི།

འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་འཕྱང་བྱེད་དེ།

བདག་ནི་དེ་རིང་ཤ་བས་གཟེར།

སྟོན་འདི་རབ་དུ་སྟོག་བྱེད་དེ།

འཕྱོག་བྱེད་ས་སྤྱང་དག་ལ་དགའ། །

སྤྱིས་བྱ་འདི་ནི་རྒྱ་མཚོ་འབྱང་བར་བྱེད་དོ། །བདག་ནི་  
 དེ་རིང་ལང་ཚོ་ཡོལ་ཞིང་རྒྱས་པས་གཟེར་བར་གྱུར་  
 ཏོ། །སྤྱིན་ཏེ་འབྱུག་འདི་ནི་སྤྱི་རབ་ཏུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་  
 དོ། །རྒྱ་དཔེར་ཏེ་རི་ཞེས་འབྱུང་བ་འཕྱོག་བྱེད་དེ་སྤྱི་བས་  
 འདིར་བརྒྱ་བྱེན་ལ་འབྱུག་པས་དེ་ཉིད་ཨི་ར་བ་ཏེ་ས་  
 སྤྱང་ཏུ་གྲགས་པའི་རང་གི་བཞུན་པ་སྤྱང་པོ་ཆེ་ལ་  
 དགའོ། །ཞེས་ཆོག་དེ་ཙམ་ཆོགས་པའི་ངག་གིས་ཀྱང་  
 བན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་མེད་པས་བཟོད་དོན་སྤྱིང་པོས་སྤྱིང་  
 པའོ། །འདིའི་དཔེར་བཟོད་གྱི་རྣམ་པ་ཤིན་ཏུ་གསལ་བ་  
 ནི་མན་ངག་སྤྱི་མའི་འགྱུར་མ་ལེགས་པ་ཞིག་ན། ཟླ་བ་  
 ལས་མཛེས་པའི་རྩ་ལ་ཞོན་པ་དང་། རས་རྒྱའི་དྲུག་པ་  
 ཁྲོ་བོ་དང་འབྱུང་པོ་སྤྱི་བདུད་ལས་རྒྱལ་ལོ། ཞེས་ལོ་རྩེ་  
 བས་དོན་མ་གོ་བཞུན་ཏུ་རྒྱ་དཔེ་ལས་བསྐྱར་བ་ལ་དེ་

ལྷར་ཡོད་པ་འདི་རྣམ་པར་གསལ་བར་སྤང་ངོ། །ཞེས་  
དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ལྷར་ཡོན་ཏེ། སྦྱོན་འདི་  
ནི་ངག་ཆོག་ཆོགས་པ་དེ་རྣམས་དོན་གཅིག་ཏུ་བསྐྱར་  
མེད་པ་ལ་འཇོག་གོ།

གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ནི།  
འདི་སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་པའི། །  
མངོན་པར་བརྗོད་པ་སྤང་མེན་ཏེ། །  
གཞན་དུ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས། །  
སྦྱོན་ངག་མཁན་པོ་སུ་ཞིག་སྦྱོར། །

དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པ་འདི་ནི་  
སེམས་རྣལ་དུ་མི་གནས་པའི་སྦྱོན་པ་ལྟ་བུའི་མངོན་  
པར་བརྗོད་པ་ལ་སྤང་པར་མི་འོས་ཏེ་རང་གི་ཆོས་ཉིད་  
ཡོན་པའི་བྱིར། གོང་དུ་ཡང་། ལྱུས་པ་སྦྱོན་པ་བྱིས་པ་



ཡིས། །བརྗོད་ལས་གཞན་ལ་དེ་སྐྱོན་ནོ། །ཞེས་པས་སྐྱོན་  
 པ་སོགས་དེ་རྣམས་ཀྱི་ངག་དཔེར་བརྗོད་པ་དང་། དེ་  
 དག་གི་ལད་མོ་དང་། སོ་སོའི་ཉམས་འདོན་པའི་ཆེ་སྤང་  
 པའམ་སྐྱོན་མིན་ཏེ། དེ་དག་སྐབས་འགའ་ཞིག་དུ་ཡོན་  
 ཏན་དུ་འགྱུར་བའང་སྤེད་པས། དེ་རྣམས་འདིའི་  
 དམིགས་བསལ་དུ་བཞག་པ་སྟེ། དེའི་ཆེ་ནི་ཆོག་གི་རྒྱན་  
 དུའང་སོང་བ་ཡིན་པས། སྟན་ངག་མཁན་ལ་ཅི་ཡང་  
 རྒྱན། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟ་ནའང་འདི་དག་ལ་  
 དམིགས་བསལ་དུ་བཏགས་ཀྱང་། དགོས་དབང་ངམ་  
 སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དབང་ལས་སྐྱོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི།  
 ངོ་བོ་ནི་སྐྱོན་ཁོ་ན་ཡིན་མོད། ཡོན་ཏན་དུ་གྱུར་བའང་  
 རེས་འགའ་བ་ཡིན་པས། སྐྱོན་ནི་མཐའ་དག་འདི་ལ་  
 ཡང་། །རེས་འགའ་སྟན་ངག་མཁན་མཁས་པས། །སོགས་  
 གསུངས་པའི་བྱིར་སྐབས་ཐོབ་ཤེས་དགོས་གྱི། གཞན་དུ་  
 ན་འདི་ལྟ་བུའི་ངག་མི་མཁས་པ་ཡང་མི་སྦྱོར་ན་མཁས་

པ་སྒྲན་ངག་མཁན་པོ་སྤྱི་ཞིག་གིས་སྦྱོར་ཏེ་མི་སྦྱོར་  
རོ། །དེ་ཅིའི་བྱར་ཞེན་རྩ་བ་གིན་དུ་ཉམས་པ་ཡིན་པས་  
སྟོ། །

གཉིས་པ་དོན་འགལ་བ།

གཉིས་པ་དོན་འགལ་བ་ལའང་གསུམ་ལས། དང་པོ་  
མཆན་ཉིད་ནི།

ངག་གཅིག་གམ་ནི་རྒྱན་ལ་ཡང་། །

སྤྲ་མ་བྱེ་མ་གཞན་འཛོམས་པ། །

འགལ་བའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱི་སྦྱོར། །

དོན་འགལ་ཅས་པར་རབ་དུ་བཅོད། །

སྤྲ་དང་ཏིང་འི་མཐའ་ཅན་ཀྱི་ཆོག་ཆོགས་པའི་ངག་སྒྲོ་  
ཀ་གཅིག་དང་གཉིས་ལ་སོགས་པའམ། ཡང་ན་རབ་དུ་

སྐྱར་བེན་པའི་གཞུང་ལྷགས་སྐྱས་བཅིངས་པ་ལ་  
སོགས་པ་ལ་ཐོག་མ་དང་བར་དང་ཐ་མ་རྣམས་སུ་སྒྲ་མ་  
དང་ཕྱི་མ་དག་པམ་ཚུན་གཅིག་གིས་གཅིག་འཛུམས་  
ཤིང་འགོག་པ་དེ་ནི་རང་ཆོག་ནང་འགལ་བའི་དོན་  
ཅན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྦྱོན་དུ་གྱུར་པ་ནི་དོན་  
འགལ་ཞེས་པར་རབ་དུ་བཅོད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བཅོད་ནི།

དག་རིགས་མཐའ་དག་འཛུམས་པ་དང་། །

སྒྲ་ཆོགས་ཁུར་འདི་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག །

འབྱུང་པོ་ཀུན་ལ་བརྩེ་བ་ཅན། །

ཁྱོད་ལ་དག་ནི་སུ་ཡང་མེད། །

ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་གྱིས་དགའི་རིགས་མཐའ་དག་  
རབ་དུ་འཛུམས་པ་དང་། སྒྲ་ཆོགས་ཁུར་རམ་སྒྲ་ཆོགས་

འཛིན་པ་ས་ཆེན་པོ་འདི་ལས་ཀྱང་རབ་དུ་རྒྱལ་ཞིང་  
 རང་དབང་དུ་གྱུར་པར་མཛོད་ཅིག་འབྱུང་པོ་སྟེ་སེམས་  
 ཅན་ཀུན་ལ་བརྩེ་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཁྱོད་  
 ལ་གཞོན་སེམས་འཆང་བའི་དགྲ་ནི་སྤྱ་ཡང་མེད་དོ་  
 ཞེས་དགྲ་འཛོམས་པ་དང་ཀུན་ལ་བརྩེ་བ་འགལ། དགྲ་  
 རིགས་མཐའ་དག་འཛོམས་པར་གྱུར་ཅིག་པའམ་  
 མཛོད་ཅིག་པ་དང་དགྲ་སྤྱ་ཡང་མེད་པ་གཉིས་འགལ་  
 བ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་ངག་གཅིག་ལ་ཡོད་པའི་དོན་འགལ་  
 བའོ། །རྒྱན་ལ་ཡོད་པ་ནི་འདིར་དཔེར་བཅོལ་གྱིས་སྟོན་  
 པར་མི་རྣམས་པས་སྟོན་དེ་དང་ལྡན་པའི་རྒྱན་ཅན་གྱི་  
 བསྟན་བཅོས་དག་ལས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་བསྟན་པ་ལའང་། དུལ་འགའ་  
 ཞིག་ལ་སྐབས་དབྱེ་བ་དང་། དེ་ཉིད་དཔེར་བཅོལ་  
 པའོ། །དང་པོ་ནི།

མངོན་པར་ཆགས་ལྡན་སེམས་ལ་ནི།

སྐབས་དེ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ན།

གང་ལ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི།

ཆོག་ཀྱང་མངོན་པར་འདོད་པར་འགྱུར།

སྐྱབ་པོ་དང་འབྲེལ་བའི་སྐབས་གང་ལ་ཆགས་པ་དྲག་

པོས་གཟེར་བའི་ཆགས་ལྡན་གྱི་སེམས་ལ་ནི། དེའི་

གཞན་དབང་དུ་གྱུར་པས་ཆོག་འབྲུགས་ཤིང་འགལ་བ་

དེ་ཉ་བྱུང་སྐྱབ་པོ་སྐབས་འགའ་ཞིག་ཡོད་པས་ན། དེ་

ནི་དེ་ཉར་སྐྱབ་པོ་རྒྱ་གཞན་ཆགས་པས་སེམས་འབྲུགས་

པ་བསྟན་དུ་ཡོད་ཅིང་། ཆགས་པ་སྤུལ་བྱུང་སྟོན་པའི་

སྐབས་གང་ལ་འགལ་བའི་དོན་ཅན་གྱི་ཆོག་འདི་འདྲ་

ཡང་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་ཞིང་མངོན་པར་འདོད་པར་

འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ།

གཉིས་པ་ནི།

གཞན་གྱི་བྱང་མེད་ལ་སྟེང་པ། །

འཕགས་པ་དག་གིས་ག་ལ་རིགས། །

དེ་ཡི་སྐྱོབ་གཡོ་བ་དག །

བདག་ནི་ནམ་ཞིག་འཐུང་འགྱུར་རམ། །

གཞན་གྱི་ཆུང་མ་ལ་སྟེང་ཅིང་ཆགས་པས་བསྟོད་པར་  
འདོད་པ། འཇིག་རྟེན་དང་བསྟན་བཅོས་ལ་འགལ་བའི་  
སྟོད་པ་ནི་འཕགས་པ་སྟེ་ཡ་རབས་བཟང་པོའི་རིགས་  
ཅན་དག་གིས་ག་ལ་རིགས་ཏེ་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་  
སྟེ། །ཞེས་སྟོས་ལེགས་པར་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་ནས་སྤར་  
སྟེས་པ་ལ་སྤར་ཆགས་པ་དྲག་པོའི་གཞན་དབང་དུ་  
གྱུར་ནས་དེ་དང་འགལ་བའི་ཆོག་པ་རྣམས་པོའི་ཆུང་མ་  
ཡིད་འོང་མ་དེའི་སྐྱོབ་སྟེ་མཆུ་སྟོས་གཡོ་བའི་སྤང་ཅི་

ཞེས་པོ་བདག་གིས་དུས་ནམ་ཞིག་ན་འབྱུང་བར་འབྱུང།  
དེ་འདྲའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཉི་མ་འབྱུང་བར་ཅང་སྤྱོད་  
དམ་ཞེས་སྒྲ་བ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་དོན་གཅིག་པ།

གསུམ་པ་དོན་གཅིག་པ་ལ་ཡང་གསུམ་ལས་དང་པོ་  
མཚན་ཉིད་ནི།

དོན་ཉིད་དམ་ནི་སྒྲ་ལ་ཡང་། །

ཁྱད་པར་མེད་པ་སྒྲར་བཟོད་པ། །

གལ་ཏེ་སྒྲར་ཡང་རབ་བསྒྲགས་པ། །

དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་འདོད་དཔེར། །

སྒྲར་བཟོད་ཅིང་བསྟན་ཟིན་པའི་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་དང་  
བཟོད་བྱའི་དོན་གང་ཡང་རུང་བ་དག་དགོས་པ་ཁྱད་

བར་བ་ཅི་ཡང་མེད་བཞིན་དུ་འཇམ། ཡང་ན་སྒྲ་ཕྱི་གཉིས་  
 བོ་དེ་ལ་སྒྲ་དོན་གཉིས་ཀའི་ཆ་ནས་བྱང་པར་ཅུང་ཟད་  
 ཀྱང་མེད་བཞིན་དུ་སྒྲར་ཡང་རབ་ཏུ་བསྒྲགས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་གཅིག་པར་འདོད་པའི་སྒྲིན་ཡིན་ཏེ་  
 དཔེར་ན་ཞེས་པའོ། །འོན་ཀྱང་སྒྲར་བཤད་ཟེན་པ་  
 བསྒྲར་བའི་རྒྱན་དང་། ཟུང་ལྷན་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་སྒྲ་  
 གཅིག་ཀྱང་དོན་ཐ་དད་པ་དང་། དོན་གཅིག་ཀྱང་སྒྲ་  
 ཐ་དད་པ་ནི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྱུར་གྱི། སྒྲ་སྒྲ་ཕྱི་འདྲ་བ་ལ་  
 དོན་ཡང་སྒྲར་བསྒྲན་ཅིང་རྟོགས་ཟེན་པ་དེ་སྒྲར་ཡང་  
 སྒྲིས་ན་དོན་གཅིག་པའམ་སྒྲིས་པའི་སྒྲིན་འདིར་འགྱུར་  
 རོ། །

དཔེར་བརྗོད་ནི།

སྒྲེད་པ་སྒྲེད་བྱེད་བུ་མོ་རྣམས། །

དེ་ཡི་ལན་བུའི་འོད་ཟེར་ཅན། །



ཆུ་འཛིན་སློག་དང་ལྡན་པ་ནི། །

ཟབ་མོ་སྤྲ་སློགས་འདི་དག་གོ། །

བྱ་མོ་རྣམས་སེད་པ་དང་སེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ནི་དེའི་  
ལན་བྱའི་འོད་ཟེར་ཅན་ཆུ་འཛིན་སློན་པོ་སློག་དང་  
ལྡན་པ་ཟབ་མོ་སྤྲ་སློགས་པའི་སྤྱིན་འདི་དག་གོ་ཞེས་པ་  
སྟེ། འདིར་བོད་སྐད་དུ་སེད་པ་སེད་བྱེད་ཅེས་བསྒྱུར་  
བས་དོན་ཅུང་ཟད་མི་གཅིག་པ་སྟར་སྒྲུང་ན་ཡང་། རྒྱ་  
སྐད་དུ། ལྷན་དང་ལྷན་ན་ཟེར་བ་དེ་གཉིས་ཀ་སེམས་  
ཤོར་བའམ་ཡིད་ཆགས་པས་ཡང་ཡང་དྲན་པ་ལ་འཇུག་  
པའི་བྱུར་དོན་གཅིག་ཅིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆུ་འཛིན་དང་  
སློག་ལྡན་དང་ཟབ་མོ་སྤྲ་སློགས་རྣམས་ཀྱང་སྤྱིན་དུ་  
དོན་གཅིག་པས་སྒྲེས་པའི་སློན་མོ། །

དེ་ཉིད་སྒྲུར་ཡང་དམིགས་བསལ་ལ་སྐབས་དབྱེ་བ་ནི།

རྩིས་སྤྱོད་བཅུ་ལྔ་པ་ལྟར་བྱ་བ་ལས། །

གཤམ་ཏེ་འགའ་ཞིག་བཟོད་འདོད་ན། །

ཡང་བཟོད་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་མེད་དེ། །

འདི་ནི་རྒྱུ་དུ་རིགས་པ་ཡིན། །

རྩིས་སྤྱོད་བཅུ་ལྔ་པ་ལྟར་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་བྱ་བ་དང་དོ་  
མཚར་བ་དང་དགའ་བ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་བྱ་བ་ལས་  
འཕགས་པ་མཚན་པའི་བྱ་བ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་ལས་  
གཤམ་ཏེ་ཡང་ཡང་བཟོད་པར་འདོད་པ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཡོད་དེ། རི་སྤྱོད་དུ། རི་མཚར་བ་དང་ཚུད་  
པ་དང་། རྩིས་དང་ལྷན་དང་དེས་བཟུང་དང་། དང་དང་  
དགའ་བ་རྣམས་ལ་ནི། རིགས་གཅིག་ལན་གཉིས་བཟོད་  
བར་བྱ། རིགས་བཟུད་སྤྱོད་འགྲེལ་ཆེན་དུ་བྱངས་པ་ལྟ་

བྱའི་སྐབས་སུ་བབས་ནས་བརྗོད་པ་དེ་འདྲ་ནི་རྒྱན་དུ་  
འགྱུར་བས་སྟན་ངག་མཛེས་པར་བྱེད་པའང་ཡིན་ནོ། །

དེ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

འདོད་པ་སྐབས་མིན་འཁོན་པ་ཡིས། །

བྱད་མེད་མཆོག་དེ་བཅོམ་པར་གྱུར། །

ཡན་ལག་ཀུན་མཛེས་བཅོམ་པར་གྱུར། །

འཇམ་པར་སྒྲིགས་མ་བཅོམ་པར་གྱུར། །

འདོད་པ་སྐབས་མིན་པར་ཏེ་རྒྱ་མཆོན་ཅི་ཡང་མེད་  
པར་འཁོན་ཅིང་དགྱར་གྱུར་པས། མཛེས་མ་བྱད་མེད་  
ཀྱི་མཆོག་དེ་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཡན་ལག་ཀུན་མཛེས་  
མ་དེ་བཅོམ་པར་གྱུར་ཏོ། །ངག་འཇམ་པོར་སྒྲིགས་མ་དེ་  
བཅོམ་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་རྗེས་སུ་བརྩེ་བའི་  
དབང་གིས་སྒྲིགས་པ་ལ་དཔེར་བརྗོད་པ་འོ། །

བཞི་པ་ཐེ་ཚཱ་ཅན།

བཞི་པ་ཐེ་ཚཱ་ཅན་ལ་མཚན་ཉིད། དཔེར་བཞིན།  
དམིགས་བསལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།  
ངེས་པའི་དོན་དུ་རབ་ཟུར་བའི། ཚིག་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་  
གལ་ཏེ་ན། ཐེ་ཚཱ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་འདི། ཐེ་ཚཱ་ཅན་  
ཞེས་རབ་དུ་བཤད། བཞིན་དོན་ངེས་ཤིང་རྟོགས་པའི་  
དོན་དུ་རབ་དུ་ཟུར་བའི་ཚིག་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་  
ངེས་པའི་བསྐྱེད་ལྷ་དོན་གཉིས་སུ་གོ་ཞིང་དེ་གང་རུང་  
དུ་ཐག་མི་ཚད་པར་ཐེ་ཚཱ་གྱེ་སྐྱེད་ན། དེ་ནི་ཐེ་ཚཱ་  
ཅན་ཞེས་པའི་སྟན་ངག་གི་སྐྱོན་དུ་བཤད་དོ།

གཉིས་པ་དཔེར་བཞིན་ནི།

རེ་འདོད་དགའ་བ་ལྟ་བུ་ཡི།

རོ་ལ་མིག་གཡོ་གྲོགས་མོ་དག།

རྒྱུ་རྩ་འདུག་པའི་མ་མ་འདིས། །

འདི་འདྲ་བལྟ་བར་བཟོད་མ་ཡིན། །

ཀྱེ་རེ་འདོད་ཡིད་ཀྱི་ཤིང་རྟའི་མཛའ་བོ་ལྟ་བར་བྱེད་  
པའི་རོ་བཅུད་ལ་ཆགས་པས་མིག་གཡོ་ཞིང་རིག་རིག་  
པོར་གྱུར་བའི་གྲོགས་མོ་ཞེས་བོས་ནས། བག་མེད་དུ་  
སྦྱོད་པ་བྱོད་གཉིས་དང་ཉེ་བ་ན་འདུག་པའི་མ་མ་  
འདིས་སྦྱོད་ཚུལ་འདི་འདྲ་མཐོང་ན་ཤིན་ཏུ་བློ་ཞིང་  
སེམས་ཀྱིས་མི་བཟོད་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ལྟ་བར་མི་  
ནུས་སོ། །ཞེས་འདོད་ལྡན་མ་ཞིག་མཛའ་བོ་དང་འདུས་  
ནས་འབྲིག་པའི་དགའ་བ་ལ་བག་མེད་དུ་སྦྱོད་པ་ན། དེ་  
འདྲའི་སྦྱོད་ངན་རང་ལ་བྱམས་ཤིང་བརྩེ་བའི་མ་མ་སྟེ་  
ལུས་སྦྱོད་པར་བྱེད་པའི་མས་མཐོང་ན། དེ་དེ་ལ་སེམས་  
ཀྱིས་མི་བཟོད་པས་ཤིན་ཏུ་བློ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་  
བྱོད་བག་ཡོད་པར་གྱིས་ཤིག་ཅེས་དེ་ལ་འགའ་ཞིག་

གིས་གདམས་པ་ལྟར་བྱས་པའི་དོན་དུ་བཀོད་པའི་ངག་  
 འདི་ལ་རྒྱ་དཔེར་བྲི་ཡ་ཞེས་འབྱུང་བ་ཡིད་གྱི་འདོད་པ་  
 དང་མཇེའ་བོ་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པས་དེ་གཉིས་གང་  
 ཡིན་ནམ་སྟམ་པའི་ཐེ་ཚོམ་སྦྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 ལྷ་རྒྱུ་ཅེས་པ་ཐག་ཉེ་བ་དང་རིང་བ་གཉིས་ཀ་ལ་  
 འཇུག་སྟེ། ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤར། ལྷ་རྒྱུ་ཉེ་དང་རིང་བ་  
 དག །ཅེས་འབྱུང་། གཞན་ཡང་ཨ་དམ་ལས་བསྐྱབས་  
 པའི་ཨ་སྐྱོ་ཞེས་པའང་འདིས་ཞེས་མདོན་གྱུར་དང་།  
 དེས་ཞེས་སྒྲིག་གྱུར་གཉིས་ཀ་ལ་འཇུག་པ་དང་། ལྷ་བར་  
 མི་བཟོད་པའང་རྒྱང་རིང་པོ་ན་ཡོད་པས་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་ལྷ་བར་མི་རྒྱས་པ་ཡིན་ནམ། ཉེ་བ་ན་ཡོད་  
 པས་སྦྱོད་ཚུལ་མཐོང་སྟེ་ཤིན་ཏུ་ཁྱོ་ཞིང་སེམས་ཀྱིས་མི་  
 བཟོད་པར་གྱུར་པས། དེས་དེ་ལ་ལྷ་བར་མི་རྒྱས་པ་སྟེ་  
 འཕྲད་པར་མི་འདོད་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་གང་ཡིན་སྟམ་  
 པའི་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཤེས་པ་སྦྱེད་པས་ངེས་པའི་དོན་དུ་གོ་

ཞིང་རིག་པར་མི་འགྱུར་བ་འདི་ལྟ་བུ་སྤང་བར་བྱ་  
དགོས་པའོ། །

གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ལ་སྐབས་དབྱེ་བ་ནི།

འདི་འདྲ་ཐེ་ཚོམ་སྤང་ཉིད་དུ། །

གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་རབ་སྐྱར་ན། །

འདི་ནི་རྒྱན་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི། །

དེ་ལ་སྐྱོན་མེད་འདི་ལྟ་སྟེ། །

དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པའི་ཐེ་ཚོམ་ཅན་གྱི་ཚིག་འདི་  
འདྲ་བ་ངེས་པའི་དོན་དུ་སྐྱར་ན་སྐྱོན་ཡང་། གལ་ཏེ་ཐེ་  
ཚོམ་གྱི་ཆེད་དུ་སྐབས་འགའ་ཞིག་དུ་སྐྱར་ན་དེ་ནི་རྒྱན་  
ཁོ་ནར་འགྱུར་གྱི་སྤང་བའི་སྐྱོན་དུ་འགྱུར་བའི་སྐབས་  
མེད་པས་དེ་དཔེར་བརྗོད་ན་འདི་ལྟ་སྟེ་ཞེས་པའོ། །

དེའི་དཔེར་བརྗོད་དངོས་ནི། རྒྱ་དཔེར།

པ་བྱ་མུ་ནུ་ཇ་ཏུ། །

ལྟེ་ཏྲོ་ཏྲོ་མ་ནི་ཇི་ཏྲོ། །

ཀུ་ལེ་ནི་མ་ཀ་ཚོ་རེ་ཏ། །

གསྐྱ་ཀོ་ན་སྐྱ་དུ་ག་ཡ། །

ཞེས་འབྱུང་བ་ཐེ་ཚོམ་གྱི་ཕྱོགས་གཉིས་སུ་འཆད་རུང་  
བ་ལས། དང་པོ་ཚད་ནད་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱོགས་ལྟར་ན།  
ནུ་ཇ་ཏེ་ཞེས་པའི་ཨུ་ལུས། ཇ་ཏེ་སྐྱེས་པ་སྐྱེ་ལུས་  
སྐྱེས་ཞེས་པ་འདོད་ཆགས་ཀྱི་མིང་གི་རྣམ་གྲངས་ཡིན་  
པ་དེ་ལ་དགག་པའི་ན་སྐྱར་བས་ལུས་སྐྱེས་ཏེ། འདོད་  
ཆགས་མིན་པ་ཚད་པའི་ནད་ལ་གོ་ཞིང་འབྲུལ་དུ་  
འཇུག་པ་སྐྱེ། དེའི་ཚེ་གཞུང་བོད་སྐད་ཀྱང་།

ལུས་སྐྱེས་མིན་པའི་གསུང་བ་ཡི། །



ཟེལ་གྱིས་མནན་ཅིང་དུས་རྒྱུ་ལོ་ས། །

ཟོས་པའི་མ་སྦྱང་མ་དེ་མཐོང་། །

ཁྱོད་ལ་བདག་གི་རེ་བས་ཅི། །

ཞེས་པའི་དོན་མ་སྦྱང་མ་ཁྱོད་གྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་  
བྱང་མེད་མཛེས་མ་དེ་ནི་ལུས་སྦྱེས་ཏེ་འདོད་པའི་  
ཆགས་པ་མ་ཡིན་པའི་གདུང་བ་ཅན་ཕྱི་རོལ་གྱི་འབྱུང་  
བ་ལས་སྦྱེས་པའི་ཚད་ནད་དྲག་པོའི་བྱག་གཟེར་གྱི་ཟེལ་  
གྱིས་མནན་ཅིང་། དུས་རྒྱུ་ལོ་སོས་ཀའི་དུས་གྱིས་ལམ་  
དུ་བཅད་ཅིང་ཟོས་ཟེན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་མཛེས་མ་  
དེ་བདག་གིས་མཐོང་ན། ད་ཁྱོད་གྱིས་བདག་དེའི་ཕོ་ཉ་  
མོ་ཡིན་སྟེ་འདོད་པའི་མགོན་དུ་འགྲུགས་པའི་རེ་  
བ་བྱས་ནས་ཅི་བྱེད་ཅེས་པའོ། །ཡང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་ཕྱོགས་  
གཉིས་པ་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་འཇུག་པའི་  
སྐབས་ལྟར་ན། བླ་མ་ཏ་ཞེས་པའི་དགག་ཆོག་ཨླ་

ལྷས་ཀྱི་སྐད་དོད་ལ་སྦྱར་བས་ལྷས་མེད་དེ་འདོད་སྟོ  
 དང་། དེ་ལ་སྦྱོས་པའི་སྐད་དོད་ཇོ་ཏ་སྦྱར་བས་ལྷས་  
 མེད་སྦྱོས་ནི་འདོད་པའི་ཆགས་པ་སྟེ་དེའི་ཆོ་གཞུང་  
 ཆོག་ཀྱང་། ལྷས་མེད་སྦྱོས་ཀྱི་གདུང་བ་ཡི། ཟེལ་གྱིས་  
 མནན་ཅིང་དུས་རྒྱུ་བ་མོས། ཟོས་པའི་མ་སྦྱང་མ་དེ་  
 མཐོང་། བྱོད་ལ་བདག་གི་རེ་བས་ཅི། ཞེས་པ་སྟེ། གོ་  
 དོན་གཞན་འདྲ་བ་ལ་བྱུང་པར་ནི་ལྷས་མེད་ལས་སྦྱོས་  
 པའི་ཆགས་པའི་གདུང་བས་ཟེལ་གྱིས་མནན་ཅིང་།  
 དུས་རྒྱུ་བ་མོ་འཆི་བས་ཟོས་ཟེན་པ་ཙམ་ལ་བྱུག་ན་བྱོད་  
 ལ་བདག་པོ་ཉ་མོར་འོང་བའི་དགོས་པའམ་དེ་དང་  
 འགྲོགས་འདོད་ཀྱི་རེ་བས་ཅི་བྱ་ཞེས་པའི་དོན་ཏོ།

དེ་བཤད་པ་ནི།

འདོད་པས་གཟེར་རམ་ཆ་བས་གདུངས། །

ཞེས་པ་ངས་མེད་བྱེད་པའི་ཆོག །

ཚེད་འཛོམས་སྐྱེས་པ་འབྲུག་པར་ནི། །

བྱ་བྱིར་ཕོ་ཉ་མོས་སྐྱས་སོ། །

དཔེར་བརྗོད་མ་ཐག་པ་དེ་ནི་སྐྱེས་ཕྱན་ལང་ཚོ་ལ་  
བབས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་འདོད་པས་དོན་དུ་གཉེར་  
བྱའི་བྱད་མེད་དེ་རང་ཉིད་དང་མ་ཕྱད་པའི་འདོད་  
གདུང་གིས་གཟེར་བས་དུས་མི་རིང་པར་དེ་དང་འཕྱད་  
དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་པའི་དགའ་བ་དང་། ཡང་ན་  
ཚད་ནད་ཀྱི་གདུང་བ་དྲག་པོས་བཏབ་ནས་འཆི་བར་  
ཐག་ཚད་པས་དེ་དང་འཕྱད་དུ་མེད་པ་ཡིན་ནམ་སྟམ་  
པའི་སྐྱུག་བསྐྱལ་དེ་ཕྱོགས་གཉིས་པོ་གང་དུ་འང་ཐག་མི་  
ཚད་པས་ངས་པ་མེད་པར་བྱེད་པའི་ཚེག་འདི་ནི་ཚེད་  
འཛོ་སྟེ། ཀྱལ་ཀས་སྐྱེས་པ་ལང་ཚོ་ཅན་དེ་ཡིད་འབྲུགས་  
ཤིང་སེམས་མི་བདེ་བར་བྱ་བའི་བྱིར་སྐྱེས་པ་བྱད་མེད་  
དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འགྲོ་འོངས་བྱེད་པའི་ཕོ་ཉ་མོས་

སྤྲུལ་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ཐེ་ཚམ་སྦྱིད་པའི་དོན་དུ་སྤྲུལ་པ་ལ་

སྤྲུལ་པ་སྤྲུལ་པའོ།

ལྷ་པ་རིམ་པ་ཉམས་པ།

ལྷ་པ་རིམ་པ་ཉམས་པ་ལའང་མཚན་ཉིད། དཔེར་  
བཟོས་དུ། དམིགས་བསལ་གསུམ་ལས། དང་པོ་མཚན་ཉིད་  
ནི།

མདོར་བསྟན་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་ནི། །

གལ་ཏེ་རྗེས་བསྟན་མ་བྱས་ན། །

རིམ་པ་ཉམས་པར་མདོར་བཟོས་པའི། །

སྦྱོར་དུ་དེ་ནི་བཤད་དེ་དཔེར། །

དོན་གཉིས་སམ་མང་པོ་སྤྲུལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་།

ཕྱིས་རྗེས་སུ་བསྟན་པའི་དོན་འབྲེལ་པ་ཅན་དག་གོ་

རིམ་མ་འབྱུགས་པའི་ཐད་ཀར་བཀོད་ནས་ཕྱི་མ་སྔ་  
མའི་རིམ་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པས། བསྟེན་པར་མ་  
བྱས་ན་རིམ་པ་ཉམས་པ་ཞེས་མངོན་པར་བརྗོད་པའི་  
སྟོན་དུ་སྟོན་གྱི་སྟོབ་དཔོན་རྣམས་ཀྱིས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི།

འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་གནས་པ་དང་། །

སྤྱལ་དང་འཇིག་རྒྱུ་མ་སྦྱེས་པ། །

བདེ་འབྱུང་སྤེད་མེད་ཅུ་སྦྱེས་ཀྱི། །

སྦྱི་གནས་ཅན་གྱིས་བྱིད་རྣམས་སྤངས། །

འགྲོ་བ་འདི་རྣམས་འཇིག་རྟེན་དུ་གནས་པ་དང་ཐོག་  
མར་སྤྱལ་ཞིང་སྦྱི་བ་དང་། མཐར་སྤྱད་ཅིང་འཇིག་པའི་  
རྒྱ་རྣམས་ནི་རིམ་པ་བཞིན་མ་སྦྱེས་ཤིང་མ་བྱས་པ་བདེ་  
འབྱུང་སྟེ་དབང་ཕྱུག་ཆེན་པོ་དང་། སྤེད་མེད་ཀྱི་བྱ་བྱབ་

འཇུག་དང་། རྩ་སྐྱེས་པ་སྤྱི་ལོ་སྐྱེ་གནས་ཅན་ལྟ་ཆངས་པ་  
 རྩ་གསུམ་གྱིས་བྱེད་རྩམས་ལ་སྤྱངས་ཤིག་ཅེས་པ་སྟེ། དེ་  
 ཡང་འགྲོ་བ་གནས་པ་སྟེ་རྩུན་འཇུག་པའི་བྱེད་པ་པོ་  
 བྱེད་འཇུག་དང་། སྤྱུལ་ཞིང་སྐྱེ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཆངས་པ་  
 དང་། སྤྱད་ཅིང་འཆི་བར་བྱེད་པ་པོ་བདེ་འབྱུང་དབང་  
 ཡུག་ཆེན་པོ་ཡིན་ཞེས་བྱེ་རྩལ་པ་རྩམས་ཀྱི་ལུང་དུ་  
 བཤད་པས། དེ་རྩམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་འདོད་པ་ལ་འདིར་  
 དང་པོ་གནས་པ་དང་སྤྱུལ་དང་འཇིག་རྩུ་ཞེས་སྤྱར་  
 བསྟན་པ་ལ་བྱིས་རྩེས་སུ་བསྟན་པའི་རིམ་པའང་དེ་ཁོ་  
 ན་དང་མཐུན་པར་སྟེད་མེད་ཀྱི་བྱ་དང་ཆངས་པ་དང་  
 བདེ་འབྱུང་རྩམས་ཀྱིས་བྱེད་ལ་སྤྱངས་ཞེས་བརྗོད་  
 དགོས་རྒྱུ་ལ། སྤྱ་མའི་རིམ་པ་ལས་འཆོལ་ཏེ་བདེ་འབྱུང་  
 སྟེད་མེད་རྩ་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱེ་གནས་ཅན་ཞེས་བརྗོད་པ་ལྟ་བུ་  
 སྟེ། འདི་འདྲ་བ་གཞན་ཡང་ཆོས་མདོན་པར་མཛོད་དུ།  
 དབང་པོ་རྩལ་ནི་དེ་དག་ཏུ། དང་དང་ཆོས་ཀྱི་རྩེས་

འབྲང་བ། ཞེས་རྒྱ་དཔེ་ལྟར་བསྐྱར་ན་ཡོད་ཀྱང་། སློབ་  
དཔོན་ཆེན་པོ་དཔལ་བཅེགས་ཀྱིས་ཀྱང་དོན་ལ་རྟོན་  
པར་མཛད་ནས། དབང་པོ་ཚྱ་རྩལ་དེ་དག་ཏུ། དེ་དང་  
ཆོས་ཀྱི་རྗེས་འབྲང་བ། ཞེས་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་  
དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་གསུངས་པ་ཆོག་ཁོ་ནའི་རིམ་པ་ལ་  
རྟོན་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་ན་འཐད་པས་དེ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ལ་སྐབས་བསྟན་པ་ནི།

འབྲེལ་པ་ངས་པར་ཤེས་པའི་རྒྱར། །

གང་ཡང་གལ་ཏེ་འབད་བྱས་ན། །

རིམ་པ་འདས་ཀྱང་སྟོན་མིན་པར། །

མཁས་པ་རྣམས་ནི་སྤྲ་སྤེ་དཔེར། །

གལ་ཏེ་སྐར་བསྟན་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་དག་རིམ་  
པ་མ་དགྲུགས་ན་དེ་དག་དང་འབྲེལ་བའི་ཆོས་མཚུངས་

པ་དང་མི་མཚུངས་པའི་བྱད་པར་མི་རྟོགས་ཤིང་ཆོག་  
གིས་ཀྱང་བཟོད་མི་བདེ་བ་ལ་གལ་ཏེ་དགྲུགས་ན་དེ་  
ལས་ཕྱོག་སྟེ་འབྲེལ་བ་ངེས་པར་ཤེས་པའི་རྒྱར་འབྱར་  
བས་དགོས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཆེད་དུ་འབད་ནས་རིམ་པ་  
ཉམས་པར་བྱས་པ་ཡིན་ན་རིམ་པ་ལས་འདས་ཀྱང་  
སྒྲིན་མིན་པར་མཁས་པ་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་

སྟོལ། །དེ་དཔེར་བཟོད་པ་ནི།

གཉེན་གཏོང་བ་དང་ལྷས་གཏོང་དང་། །

ཡུལ་གཏོང་ཞེས་པ་གསུམ་པོ་ལ། །

དང་པོ་མཐའ་མ་ཉོན་མོངས་རིང་། །

བར་མ་སྐད་ཅིག་གཏུང་བའོ། །

གཉེན་གཏོང་བ་སྟེ་ཉེ་དུ་ལ་སོགས་པ་དང་བྲལ་བ། ལྷས་  
གཏོང་བ་སྟེ་འཆི་བ། ཡུལ་གཏོང་བ་སྟེ་རང་གིས་དབང་



བའི་ཡུལ་དང་བུལ་བ་སྟེ་གསུམ་པོའི་རིམ་པ་སྒར་  
 བཀོད་ནས་སྒར་དེའི་རིམ་པ་ལས་འདས་ཏེ། དང་པོ་  
 གཉེན་གཏོང་བ་དང་ཐ་མ་ཡུལ་གཏོང་བ་གཉིས་སྟུག་  
 བསྐྱལ་ཡུན་རིང་བ་ལ་ཆོས་མཚུངས་ཤིང་ཇི་སྟེད་འཆོའི་  
 བར་དུ་རྗེས་སུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་མཉམ་པོར་བཤད།  
 བར་པ་ལུས་གཏོང་བ་ནི་སྐད་ཅིག་ཙམ་གྱིས་གདུང་བ་  
 རྟེ། ལུས་མེད་ན་གདུང་བའི་རྒྱན་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་སྒྲ་  
 ཕྱི་གཉིས་པོ་དང་འབྲེལ་མི་མཚུངས་པས་རྗེས་སུ་བཀར་  
 རས་བཤད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་དགོས་པ་མཐོང་ནས་དེའི་  
 དོན་དུ་འབད་ནས་དཀྱུགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྟོན་དུ་  
 མི་འགྱུར་རོ།

དུག་པ་སྒྲ་ཉམས་པ།

བྱུག་པ་སྐྱ་ཉམས་པ་ལ་གསུམ། མཚན་ཉིད། དཔེར་  
བརྗོད། མི་མཁས་པས་སྦྱོན་དུ་མཐོང་ཡང་དེ་སྦྱོན་མ་  
ཡིན་པར་འཆད་པ་སྟེ་གསུམ་མོ། །དང་པོ་མཚན་ཉིད་ནི།

མཚན་བྱ་མཚན་ཉིད་ལམ་མ་མཚན། །

ཚིག་སྦྱར་མཚན་གིས་མི་འདོད་པ། །

སྐྱ་ཉམས་ཡིན་ཏེ་མཚན་རྣམས་དག། །

འདོད་པ་ཉིད་ནི་སྦྱོན་མ་ཡིན། །

ཚིག་གི་སྦྱར་བ་གང་ཞིག་མཚན་བྱ་དཔེར་བརྗོད་པའི་  
བརྗོད་དོན་དང་མཚན་ཉིད་བརྗོད་པའི་བསྟན་  
བཅོས་ལས་བཤད་པའི་ངེས་པ་དག་གི་ལམ་གྱིས་མ་  
མཚན་པས། གཞུང་གི་འགྱུར་ལ་ལར། མཚན་མིན་  
འདོད་པ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་ན། མཚན་ཡིད་ཆེས་པའི་  
གནས་མིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པའམ། ཡང་ན་སྐྱའི་

མཁན་པོ་མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་མི་འདོད་པ་ནི་ཡིད་ཆེས་  
 བྱ་བའི་གནས་མ་ཡིན་པས་སྤྱ་ཉམས་པ་ཡིན་ལ། འོན་  
 ཀྱང་བརྩ་སྤྱོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པའི་ངེས་  
 པ་སྦྱར་བཏང་དང་འགལ་བས་སྤྱ་ཉམས་ལྟར་སྤྱང་  
 རྒྱུ་དང་དམིགས་བསལ་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱས་ནས་  
 སྦྱར་བས་སྤྱི་མཁན་པོ་མཆོག་དེ་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་  
 འདོད་པ་ནི་སྦྱོར་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར། ཨ་མ་ཏེ་སྟ་མ་  
 ཏེ་སྟ་ཏུར། །མ་དྲི་མ་རྟེ་མ་ཤ་ག་རྟེ། །ཞེས་འབྱུང་བའི་  
 ཨ་རྟེ་བ་ཤ་ག་རྟེ་ཞེས་པ་གཞན་དོན་གྱིས་བསྟུ་བ་ཅན་  
 ཡིན་པས། རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་དྲི་ལྷན་རིཏ་ལས་སོ། །ཞེས་  
 པའི་མདོས་རྒྱ་མ་གཏོགས་པའི་གང་། ལྷ་ལྷན་རིཏ་འི་  
 མཐའ་ཅན་གྱི་གཞན་དོན་གྱི་བསྟུ་བའི་མཐར་ཀའ་  
 འབྱུང་བས། ཨན་མ་ཤ་ག་རྟེ་ག་ཞེས་བྱུ་བ་པ་རྒྱ་མཆོའི་

སྒྲིལ་གསལ་ཅན་ཏེ། དེས་གཞིའི་མིང་ཡིན་པས་བྱང་མེད་  
 གྱི་རྟགས་སུ་འགྱུར་བའི་བྱིར། རྒྱ་སྐྱུར་བས་ཤ་ཀ་རྩི་ཀླ་  
 ཞེས་འབྱུང་རིགས་པ་ལ། འདིར་ཤ་ཀ་རྩི་ཀླ་ཞེས་ཀལ་མ་  
 སྐྱུར་ཞིང་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་མཐའ་ཅན་དུ་བྱས་པ་  
 དང་། རྒྱལ་ཆེན་གྱི་སྐད་དོད་མ་རྒྱ་རྩ་ཇ་ཞེས་པ་བྱང་  
 པར་གྱི་བསྐྱུ་བའམ། སྐྱ་གཞུང་ལ་ལར་ལས་འཛིན་པའི་  
 བསྐྱུ་བ་ཞེས་གྲགས་པའི་ཆོག་སྐྱུང་ཡིན་པས། ས་ཁི་ཨ་  
 ཏུ་རྩ་རྩ་ཇ་རྣམས་ཀྱི་ཏུ་འོ། །ཞེས་པའི་ཞི་མདོས་  
 ཏུ་འོ་རྒྱུན་བྱིན་ཏེ། རྩ་ཇ་ཞེས་འབྱུང་དགོས་པ་ལ། རྩ་  
 ཇ་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་། རྩ་ལས་ལར་ཤ་ཏི་རུ་བསྐྱུར་  
 བས་སྐྱུར་བའི་བྱིང་གྱི་སྐད་དོད་ལྟ་བུ་ལ་རྣམ་དབྱེ་  
 དུག་པའི་གཅིག་ཆོག་ངས་སྐྱུར་ནས། ལྟ་མ་ཏེ་ཞེས་  
 འབྱུང་རིགས་པ་ལ། འདིར་རྣམ་དབྱེ་བཞི་པའི་ངེ་སྐྱུར་  
 བས། ལྟ་མ་ཏི་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་། གཞན་ཡང་དཔུང་  
 པའི་སྐད་དོད། ལྟ་རུ་ལ་རྣམ་དབྱེ་གསུམ་པའི་མང་ཆོག་

སྒྲིལ་ཐོབ་ཀྱང་། དང་པོའི་རྩེས་པ་དུ་ར་ཞེས་འབྱུང་བ་  
དང་། སྤྱངས་ཞེས་པ་ཉིང་འི་ཆོག་མཐའ་གཞན་གྱི་ངག་  
ཅན་གྱི་བྱེངས་ལ་ཨ་བ་ཏི་ཞེས་ཨ་ཏང་ལྟར་དུ་བསྒྱུབ་  
དགོས་པ་ལ་བདག་ཉིད་གྱི་ཆོག་དུ་བྱས་ནས་ཨ་བ་སྟེ་  
ཞེས་ཏང་ལྟར་དུ་བསྒྱུབས་པ་སོགས་ཀྱིས་སྒྲིལ་ཉམས་པའི་  
ནམ་པ་ལེགས་སྤྱར་ལ་ཤིན་དུ་གསལ་ལོ། །དེ་ཉིད་བོད་

སྐད་དུ།

ས་གཞི་རྒྱ་མཚོའི་སྟེ་རགས་ཅན། །

རྒྱལ་ཆེན་ཁྱོད་ལ་དཔུང་བ་སྤྱང་། །

ས་གཞི་ཤར་ལ་སོགས་པའི་ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོ་བཞིའི་སྟེ་རགས་ཅན་གྱི་ཁྱོན་འདི་ཐམས་ཅད་རྒྱལ་  
པོ་ཆེན་པོ་ཁྱོད་གྱི་དཔུང་པས་སྤྱང་ཞེས་བརྗོད་རྒྱ་ཡིན་  
ཀྱང་། ཁྱོད་ལ་ཞེས་པ་དང་། དཔུང་བ་ཞེས་འབྱུང་བ་  
ཉིད་སྒྲིལ་ཉམས་པའོ། །འདི་ལྟར་བཤད་པའང་འགའ་

བེག་གིས་བཀག་ནས། ལྟ་བ་ཏེ་ཞེས་པ་ཁོ་ན་སྐྱ་ཉམས་  
 སུ་འདོད་པ་འང་སྒྲུང་མོད། དེ་ནི་སྐྱ་ཉམས་ངོས་མ་བེན་  
 པ་ཁོ་ནར་སྒྲུང་བས་འཇམ་མགོན་པཎ་ཆེན་སྒྲ་མའི་  
 བཞེད་པ་ཡིན་སྟམ་དུ་བབྱང་བར་མི་བྱའོ། བེས་པ་ཤེས་  
 འདོད་མེད་པས་ན། ཆོག་འདི་ལ་ནི་ཉམས་ཡོད་  
 མིན། །དེ་ལྟར་དཔེར་བཅོམ་པ་འདིའི་རྒྱ་དཔེར། ཨ་ཕ་  
 ཏེ་ལྟ་ཕ་ཏེ་སོགས་རྗེས་བྲིད་ཀྱི་སྐྱའི་ཉམས་ཡོད་པས་ན་  
 དགོས་པ་དེའི་བྱུར་བྱུར་བས་མཐའ་གཅིག་དུ་སྒྱུན་ཅན་  
 མ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། འདི་ནི་ཤེས་འདོད་དེ་རྗེས་བྲིད་ལ་  
 སོགས་པ་བསམ་བཞིན་དུ་བྱེད་པར་འདོད་པ་མེད་པར་  
 ཡང་སྤོང་འབྱའི་བྱལ་རྗེས་ཡི་གེར་སྒྲུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་གྱི།  
 བཅོམ་པར་འདོད་པ་མེད་པས་ན་སྐྱ་ཉམས་ཀྱི་སྒྱུན་དུ་  
 བྱུར་བའི་ཆོག་འདི་ལ་རྗེས་བྲིད་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་  
 ཅི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དམིགས་བསལ་ནི།

སྟོ་ཡི་རི་ལས་ཉེར་བརྒྱད་པའི།

ཟུང་གིས་ཚུ་ཏའི་རྒྱང་འབྲུང་ནི།

རོལ་པར་སྟོད་པས་བྱེ་རུ་ཡི།

ཟུ་གུ་མཛེས་དང་ལྷན་པར་བྱེད།

ཅེས་སོགས་བསྟན་བཅོས་བདག་ཉིད་ཆེ།

ལྷ་ལ་གཡེལ་བའི་སེམས་ལྷན་པ།

སྒྲ་ཉམས་བཞིན་དུ་སྒྲུང་མོད་ཀྱི།

སྐལ་བཟང་ཉིད་ནི་གཏོང་མ་ཡིན།

སྟོའི་རི་བོ་མ་ལ་ཡ་ལས་བརྒྱད་ནས་འོངས་པའི་ཟུང་  
གིས་ཚུ་ཏ་ས་ཏ་ཀཱ་རའི་རྒྱང་འབྲུང་སྟེ། ཤིང་གི་ཡལ་  
འདབ་རོལ་སྒྲིག་དང་བཅས་པར་བསྟོད་ཅིང་གཡོ་བའི་

ལྷ་གྲ་ནི་པ་བླ་ལ་སྟེ་བྱི་རུའི་མཛེས་པ་ཅན་དུ་བྱེད་  
 ཏོ། །ཞེས་པ་འདི་ལ་སྟེའི་རི་ལས་ཞེས་རྣམ་དབྱེ་ལྷ་པ་  
 བྱིན་པ་ལ་བརྟུན་སྟོན་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་བཟུན་བཙུག་  
 ཆེན་པོ་སྟོངས་པ་བསྟོན་ཅིང་སྒྲུང་དོར་སྟོན་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་གཞུང་རྣམས་ལྷ་བ་ལ་གཡེལ་བའི་ལེ་ལོའི་  
 སེམས་དང་ལྷན་པ། ཅུང་ཟད་སྒྱུངས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 བཟུངས་ན་བརྟུན་ནས་འོངས་པ་ནི་བྱ་བ་ཡིན་པས། དེ་  
 གང་ལ་འཇུག་པའི་ཡུལ་སྟེའི་རི་ལ་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པ་  
 ཐོབ་པའམ། ཡང་ན་གནས་གཞིའི་དོན་དུ་འབྱུང་ཏེ་  
 བདུན་པ་ཐོབ་སྟམ་པའི་ལོག་རྟོག་ལ་བརྟེན་ནས་འདིར་  
 ལྷ་པ་བྱིན་པ་ཡང་། དེ་དག་གི་སྟོང་རྒྱ་ཉམས་བཞིན་  
 དུ་སྒྲུང་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་མཁས་པས་བཟུངས་ན། སྒྱིར་བྱ་  
 བའི་ལས་ལ་གཉིས་པ་ཐོབ་ཀྱང་། འབྱུང་ཁུངས་ལ་ལྷ་པ་  
 ཁོ་ན་འཇུག་པར་སྒྲུ་མདོ་ཀྱན་མཐུན་པས་འདིར་ཡང་  
 རྒྱུང་དེ་གང་ལས་བརྟུན་ནས་འོང་བའི་འབྱུང་ཁུངས་



སྒྲིམ་པ་གཙུག་ཆེ་བའི་ཕྱིར་འདིར་ནམ་དབྱེ་ལྔ་པ་སྐྱུར་བ་  
 མཆོག་བསྟན་བཅོས་དང་མཐུན་ཅིང་དེ་ལས་མི་འདུང་  
 བས་སྐལ་པ་བཟང་པོ་འཕེལ་གསུང་པ་ཉིད་ནམ་ཡང་  
 གཏོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེར་མ་ཟད་ཁ་ཅིག་གིས་ལྔ་པ་  
 སྐྱུར་ཡང་གཉིས་པར་གོ་དགོས་ཞེས་འཆད་པའང་  
 འདིར་མི་བཞེད་ཅིང་། གཞུང་ཆོག་ཀྱང་ཉེ་བུ་དུང་ཞེས་  
 དེང་སང་གི་དཔེ་མང་པོ་བྲིས་པ་ནི་ཡིག་མོར་རྒྱན་  
 འབྲམས་པ་སྟེ། རྒྱ་དཔེར། ལྷ་པ་ས་རྩ་ཞེས་འབྲུང་བ་  
 ལྷ་པ་སྒྲིན་མའི་སྤྱི་འགྲོ་བའི་བྱིངས་ལས་སྐྱབ་པ་ནི་ཉེ་  
 བར་འགྲོ་བའམ་ཉེ་བར་བརྒྱད་པ་སྟེ། རྒྱང་དེས་རི་བོ་མ་  
 ལ་ཡའི་ངོས་ལ་བརྟུན་ནས་འོངས་པའི་དོན་ཡིན་ལ།  
 གཞན་ཡང་། ཡལ་འདབ་རོལ་པར་སྒྲིད་པ་ཡི། ལྷ་གུ་  
 མཛེས་དང་ལྔན་པར་བྱེད། ཅིས་སྤར་གྱི་འབྱུར་རྟིངས་  
 ལས་འབྲུང་ཡང་། གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། ཐ་བ་ལ་སྟེ་བྱེ་

ཅུའི་སྐད་དོད་ཡོད་པ་ཆད་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་བས་  
འདིར་འགྱུར་བཅས་ནས་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

བདུན་པ་ངལ་བསོ་ཉམས་པ།

བདུན་པ་ངལ་བསོ་ཉམས་པ་ལ་བཞི། དོན་དངོས་སྒྲིན་  
མེད་ཀྱི་སྒྲུར་བ། དེ་སྒྲིན་མེད་དུ་བསྒྱུབ་པ། འོན་ཀྱང་  
སྒྲུར་བ་མི་བདེ་བ་སྤངས་པའོ། །དང་པོ་དོན་དངོས་ནི།

ཆོག་ས་བཅད་རྣམས་ལ་ངེས་པའི་གནས། །

ཆོག་གི་གཅོད་མཆོམས་ངལ་བསོ་རིག། །

དེ་ཉམས་གཅོད་མཆོམས་ཉམས་པ་སྟེ། །

ཉན་པ་དགའ་མིན་སྐྱེད་དེ་དཔེར། །

ཆོག་ས་བཅད་ཐ་སྙད་ཀྱི་གཙུག་ལག་ལ་གྲགས་པ་རྣམས་  
ལ་ངེས་པ་དུག་པ་དང་བཞི་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་ཡོད་པར་

དེའི་བསྟན་བཅས་སུ་རྣམ་བཞག་བྱས་པའི་གནས་པ་  
 སྔོན་གང་ཡིན་པའི་ཆོག་གི་གཙོད་མཆམས་སྒྲེབ་སྦྱར་གྱི་  
 བསྟན་བཅས་སུ་གྲགས་པ་དེ་ཞེས་མཆོན་ཉིད་རྒྱུ་སུ་  
 བརྗོད་པ་སྟེ། གཙོད་མཆམས་སམ་ངལ་བསོར་མཁས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་རིག་ཅིང་ཤེས་སོ་ཞེས་མཆོན་བྱ་བསྐྱབས་  
 པའོ། །དེ་ཉམས་པ་སྤང་བ་འཇོན་པ་ལ་བདུན། བདུན་  
 ལ་སྔོན་མེད་པ་ལྟ་བུ་ནི་གཙོད་མཆམས་སམ་ངལ་བསོ་  
 ཉམས་པའི་སྦྱོན་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་ཉན་པ་པོ་རྣམས་ལ་  
 དགའ་བ་མིན་པ་སྟེ་མི་སྟན་པར་རྟོག་པའི་སྒོ་སྦྱེད་པར་  
 བྱེད་ཅིང་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ངེས་པ་དང་འགལ་བར་  
 འགྱུར་བས་སྤང་བར་བྱ་དགོས་པའོ།

དེ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི་རྒྱ་དཔེར།

སྤྱི་རྒྱ་སྤྱི་ལྷ་ཉ་མེ་རྒྱ་མ་ཡ་ལྷ་དེ་ཉ་མེ་ཤོ་ན་རེ་རྒྱ། །

པ་བྱ་ཉ་སྤྱི་རྒྱ་ར་ས་མི་ཉ་ཤི་རྒྱ་ར་མེ་རྒྱ་དེ་དུ་སྤྱ། །

ཞེས་པ་འདི་ནི་ཡི་གེ་བཅུ་བདུན་པ་སྟེ་སྟོང་གི་སྟོང་རིན་  
 ཆེན་འབྱུང་གནས་སུ། མ་མཐོང་སྟེ་ར་ར་མཐོང་སྟེ་ར་ར་མཐོང་  
 དུས་འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱི་དལ་འགྲོ་ཅན། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། ཡི་གེ་བཞི་པ་དང་། དེ་ནས་དྲུག་པ་དང་། དེ་  
 ནས་བདུན་པ་ལ་ངལ་བཅོ་དགོས་པ་ལ། འདིར་བཞི་པ་  
 གྲི་ཞེས་པ་ནི་ཡང་དག་བཟོད་པའི་སྐད་དོད་སྐྱོ་ཉི་  
 ཞེས་པའི་མིང་གི་དཀྱིལ་ཡིན་པས་དེར་ངལ་བཅོ་ཕྱག་  
 ཉི་མིང་དབུས་སུ་སྟོང་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་དྲུག་པ་ལ་  
 ལྷ་ཞེས་པ་ཉི་མའི་སྐད་དོད་ལྷ་དེ་ཉི་ཞེས་པའི་མིང་གི་  
 ཕྱག་མར་ངལ་བཅོ་ཕྱག་པ་སྐྱོ་སྐྱོ་ཀྱིས་ངལ་བཅོ་ཉམས་  
 པའོ། །དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

བུད་མེད་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དག་བཟོད་པའི་ཆོ་ག་རོ་  
 ཉམས་མེད་པ་འདིར། །

མཆོག་རྣམས་དང་འགྲོགས་མི་དབང་ཉི་མའི་རིགས་  
འདི་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་སྟེན། །

བྱད་མེད་མཛེས་མ་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དག་བརྗོད་པའི་ཆོ་  
ག་ནི་སྤྱ་གར་ལ་སོགས་པའི་ཚེད་འཛོལ། །

རོ་ནི་སྒྲིག་པ་དང་དཔའ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་  
འགྱུར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་རྣམས་ཏེ། དེ་རྣམས་ཉམས་  
པ་མེད་པ་ནི་རང་གི་བསྟན་བཅོས་ལས་ཇི་ལྟར་བཤད་  
པ་དང་མི་འགལ་བར་བྱས་པ་དེ་ལ་ཉི་མ་སྟེ་བྱ་རམ་  
ཤིང་པའི་རིགས་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱལ་པོ་འདི་མི་མཆོག་  
གཞན་རྣམས་དང་འགྲོགས་ནས་ལྟ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་  
པའི་དོན་ཏེ་སྦྱར་བ་དེ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡང་དེས་  
མཆོན་པའི་གཙོད་མཚམས་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པ་གང་  
དུ་བྱུང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ངལ་བམོ་ཉམས་པའི་སྟེན་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྟེལ་བར་རྒྱ་འགྲེལ་གཉིས་དང་དཔང་

རྒྱུ་ཀ་ནས་བཤད། གཞན་བོད་འབྲེལ་རྣམས་སུ་རོ་ཉམས་  
མེད་པའི་སྤྱ་གར་དམན་པ་ལྟ་བའི་འོས་མ་ཡིན་པ་ལ།  
ཉེ་མའི་རིགས་ལས་བྱང་འི་རྒྱལ་པོ་འདིས་ཀྱང་ལྟ་བར་  
བྱེད་པ་ནི་སྒྲིན་ཡིན་ལོ་ཞེས་འཆད་པ་གཞུང་དང་རྒྱ་  
འབྲེལ་གྱི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པར་མ་ཟད། དེ་ལྟ་ན་ལ་  
སོགས་ཞེས་པའི་སོགས་སྒྲ་ཡང་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྱུར་  
རོ།

གཉིས་པ་སྒྲིན་མེད་གྱི་སྒྲུར་བ་དཔེར་བཅོལ་པ་ནི། རྒྱ་  
དཔེར།

ཀུཾ་ཀུཾ་རྒྱལ་མ་མེ་ཀ་ལྷ་རྩ་ག་མེ་རྟེ་མ་པ་བྱུང།

མ་བྱུ་ཐུང་མ་ཏ་ཏི་ཐི་བ་ཨི་རྒྱ་སྟེ་ཙཾ་ཏ་པ་ཡོ་གཤ།

ཞེས་པ་འདི་ཡང་དལ་འགྲོ་ཅན་གྱི་སྟེབ་སྒྲུར་ཡིན་པ་སྟེ་  
མ་དང་མཚུངས་པས། བྱ་དང་བྱ་མེན་སོགས་གྱི་སྐད་

འོད་ལས། ཨ་ཀཱ་ཏུ་ཞེས་པའི་ཡུ་ལ་ངལ་བསོ་ཕོག་  
 རས་ཏུ་ལྷག་མར་ལྷས་པ་དང་། མ་ཚང་བ་མེད་པ་  
 རྣམས་ལ་ཞེས་པའི་སྐད་དོད་ཨ་བི་ཀ་ལཱ་ནི་ཞེས་པའི་  
 ལཱ་ལ་ཚོད་པས་ཏུ་ལྷག་མར་ལྷས་པ་སོགས་ཀྱང་མིང་  
 དབུས་སུ་ངལ་བསོ་ཕོག་པས་ངལ་བསོ་ཉམས་པ་སྤྲུལ་  
 དང་མཚུངས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན་མི་འགྱུར་ཏེ། ཨ་ཀཱ་  
 ཏུ་དང་། ཨ་བི་ཀ་ལཱ་ནི་དག་རྣམ་དབྱེ་གཉིས་པའི་མང་  
 ཚོག་ཤས་འི་རྗེས་ཡིན་པས། རྣམ་དབྱེ་འི་ལྷས་འགྱུར་དེ་  
 དག་བསྐྱར་འི་དབང་གིས་ལྷག་མར་ལྷས་པ་ལྷར་བྱུང་  
 ཡང་། དོན་དུ་རྣམ་དབྱེ་དེ་གང་ལ་བྱིན་པའི་ཡུལ་སྤྲ་  
 མའི་མིང་མཐས་ཡར་ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར། མིང་  
 དབུས་སུ་ཚོད་ཅིང་ངལ་བསོ་ཉམས་པའི་སྐྱོན་དུ་མི་  
 འགྱུར་རོ།

སྐབས་འདིར་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ལ་དཔང་ལོ་ཆེན་པོས་  
བཟོད་འདོད་ཅིས་དུ་བས་སོ་ཞེས་གྲན་ཀ་མཛད་མོད་  
ཀྱང་ཞིབ་པར་མ་བརྟགས་པའི་གསུང་དུ་སྒྲུབ་སྟེ། རྒྱ་  
གར་པ་རྒྱུ་ཏས་བརྩམས་པའི་གཞུང་རྩ་བ་ཉིད་བོད་ཀྱི་  
འགྲེལ་པས་འགོག་མི་རིགས་པར་མ་བཟད་མི་འཐད་པ་  
མེད་པའི་རྒྱ་མཚན་བཀོད་བཞིན་པ་ལྟར་ལ་རྒྱ་འགྲེལ་  
གཉིས་ཀ་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བཤད་དོ། །

དཔེར་བཟོད་པ་དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

བྱ་དང་བྱ་མིན་མ་ཆང་མེད་ལ་ལྷང་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ལྟ་  
བྱེད་ཅིང་། །

མི་བདག་འདི་ཡིས་དབང་གྱུར་ས་འཛིན་ཅེས་པ་དེ་  
ལྟར་སྦྱོར་བ་ཡོད། །



བཟོད་པར་འདོད་པའི་མི་བདག་རྒྱལ་པོ་གང་གིས་སྒྲེ་  
 གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱ་བ་སྒྲུང་བར་འོས་པའི་ལྷ་གས་  
 སྤྲོལ་བཟང་པོར་རང་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། དེ་ལས་  
 ལྷ་ག་པ་སྦྱོན་དུ་གྱུར་པའི་ངན་སྦྱོད་འདོར་བར་འོས་  
 པས་ན་བྱར་མི་རུང་བའམ་བྱ་བ་མིན་པ་དག་གི་བྱད་  
 པར་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུང་གིས་བསྟན་ནས་སྤང་སྤང་  
 སྐྱབ་པ་དང་། དེའི་རྒྱལ་བརྟེན་ནས་བཟོད་པར་འདོད་  
 པའི་མི་བདག་རྒྱལ་པོ་འདིས་ནི་ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདི་  
 ཡང་རང་གི་དབང་བར་གྱུར་ནས་དེ་དག་ཆོས་བཞིན་  
 བདེ་བར་སྦྱོང་ཞིང་འཇིན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་པའོ། །དེ་  
 ལྟར་སྦྱོར་བ་ཡོད་ཅེས་པ་ནི་དཔེར་བཟོད་སྤྲུལ་མའི་  
 མཐར། ལ་སོགས་སྦྱོན་ཞེས་པ་དེ་ཇི་ལྟར་བ་འདིར་ཡང་  
 དཔེར་བཟོད་མ་ཐག་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྦྱོན་ལྟར་སྤང་ཡང་  
 སྦྱོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་དེ་ཕྱིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་

ལྷ་འདོད་ཅིང་སྦྱོར་བའི་སྐབས་ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་དོན་  
ཏོ།

གསུམ་པ་དེ་སྦྱར་ཡང་སྦྱོན་མེད་དུ་སྦྱབ་པ་ནི།

ཇི་ལྷ་འཛིག་མཐའ་བྱིས་པ་ལ།

ལྷ་མ་འཛིག་ཉིད་དུ་ངས་པ།

དེ་བཞིན་མཆམས་སྦྱོར་ནམ་འགྱུར་མཐའ།

འཛིག་ཉིད་ཅས་ནི་བཟོད་པ་ཡིན།

འོ་ན་འཛིག་གི་གཅོད་མཆམས་སུ་སྦྱོད་ངས་པ་ངལ་བསོ་  
ཡིན་མོད། དཔེར་བཟོད་མ་ཐག་པ་འདི་ལ་ཨ་ཀཱའི་ཡ་  
དང་། ཀ་ལྷ་ཞེས་པ་ལྷ་དག་ལ་མིང་དང་ནམ་དབྱེའི་  
བར་དུ་བཅད་པས་ན། ཅི་ལྷ་འཛིག་ཉམས་པ་ཡིན་  
ཞེ་ན། དཔང་ལོ་ཆེན་པོས། པ་ཡས་ཞེས་པ་ལ་ནམ་དབྱེ་  
དང་པོའི་གཅིག་འཛིག་སེ་བྱིས་པའི་པ་ཡས་ཀྱིས་ནམ་

བཅད་བྱས་པས་པ་ཡུལ་ཞེས་གྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ལ། ཆོག་གི་  
 མཐའ་རྣམ་དབྱེ་སེ་སོགས་བྱིས་པ་ནའང་། བྱིས་པའི་  
 ལྷག་མ་གནས་པ་དེ་ཆོག་ཉིད་དུ་བརྟེན་པ་བ་རྣམས་  
 གྱིས་ངེས་པར་བྱས་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཞེས་དཔེར་བརྗོད་  
 པར་མཛད་པ་འདི་ལྟ་བུའི་རིགས་གཞན་ཡང་ཅི་རིགས་  
 པར་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་ཆོག་སྟེ་བྱི་  
 མཚམས་སྟུར་བའི་རྣམ་དབྱེ་ལྟས་འགྱུར་རྒྱ་དང་རྒྱ་  
 སོགས་པ་རོལ་དུ་བྱུང་གྲང་། དེ་དག་བྱིས་པའི་ལྷག་མ་  
 ཆོག་མཐར་ངེས་པའི་རིགས་པས་མ་བྱིས་པ་འདི་ལྟ་བུ་  
 ལའང་། ཡུ་དང་ལུ་སོགས་ཆོག་ཉིད་དུ་ངེས་ཤིང་། འོག་  
 གི་རྣམ་དབྱེའི་གཟུགས་གྲང་ངེས་ཡར་འདྲེན་ཅིང་  
 དབང་བའམ། དེ་ལ་ཐོབ་པས་དེ་ཉིད་ཆོག་ཅེས་མཁས་  
 པ་རྣམས་གྱིས་ངེས་ཤིང་བརྗོད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་  
 དེར་བཅད་པ་ལ་ངལ་བསོ་ཉམས་པའི་སྟོན་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྟོན་པའོ། །

བཞི་པ་སྦྱར་བ་མི་བདེ་བ་སྤངས་པ་ནི།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་ན་བར་རྩུབ། །

སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་མི་སྦྱར་ཏེ། །

མཚམས་སྦྱར་ལ་སོགས་པས་ཕ་རོལ་དུ་རྣམ་འགྱུར་བྱུང་  
བ་ཉིད་གོང་མ་ལ་དབང་བའི་བྱིར་དེ་ཉིད་ཆོག་ཡིན་  
པས་དེར་བཅད་པ་ངལ་བསོ་ཉམས་པའི་སྦྱོན་དུ་མི་  
འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་ན་འང་དེ་འདྲའི་རིགས་འགའ་ཞིག་དོན་  
གྱི་ངོ་བོ་ལ་འགལ་བ་མེད་ཀྱང་རྣམ་པའི་ཆ་ནས་སྦྱར་བ་  
མ་བདེ་ན་ན་བ་རྩུབ་པས་ཉན་པ་པོ་རྣམས་ཡིད་འབྱུང་  
བར་བྱེད་པའི་བྱིར་སྟན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་ནམ་  
ཡང་མི་སྦྱར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱར་བ་སྤང་བར་བྱ་དགོས་  
པའོ། །དེས་ན་སྤང་བྱ་དེ་ཉིད་སྤང་ཡང་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ནི། རྒྱ་དཔེར།

རྩེ་རྩེ་ཏ་སྤྱུ་རྩེ་རྩེ། །

ཀེ་རྩེ་དཔྱེ་ཇ་ལ་དེ་ཏ་དེ། །

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་དང་པོའི་མཐར་ཀེ་དང་། གཉིས་པའི་  
མགོར་རྩེ་ཡིག་བྱང་བས་རྒྱལ་མཆན་གྱི་རྒྱུ་དོད་ཀེ་  
རྩེ་མིང་དབུས་སྤྱུ་རྒྱུ་པ་སྤྱེ་ཕྱིའི་མཆན་སྤྱེ་བཅད་པ།  
འདིའི་སྤྱེ་བ་སྤྱེ་བ་ལ་སྤྱེ་བ་པ་ཡིན་པས་ཆོག་གཉིས་  
མཆན་སྤྱེ་མ་གཏོགས་ངལ་བས་འབྱུང་དོན་ཡང་མེད་  
པར་མ་ཟད། རྩེ་རྩེ་ཡིག་དང་རྩེ་དཔྱེ་གྱི་རྩེ་གཉིས་  
མཆན་སྤྱེ་འབྱུང་མིང་པོར་སྤྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱེ་བ་  
སྤྱེ་བ་གྱི་དབང་གིས་ཆོད་པ་ཅན་ལས་གཞན་དུ་ན། ཏེ་  
ཡིག་ནི་རྒྱུ་པ་སྤྱེ་མའི་མཐར་དང་། རྩེ་དཔྱེ་གྱི་རྩེ་ཡིག་  
རྩེ་མའི་མགོར་དོན་གྱི་སྤྱེ་བ་འགྱེ་བས་དཔེར་བརྗོད་སྤྱེ་  
མའི་ཡུ་དང་ཡུ་དག་བཞིན་དུ་དོན་ལ་འགལ་བ་མེད་

མོད་ཀྱང་། འདོན་པའི་སྐབས་སུ་ཀེ་ཞེས་མིང་དབུས་སུ་  
བཅད་པ་འདི་འདྲ་ན་བར་རྩུབ་པས་མི་སྦྱར་རོ། །

དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་རྒྱལ་མཆན་ཅན། །

ཏོག་གིས་རྩུ་འཛིན་བསྐྱལ་ཅས་འདིའོ། །

བཟློང་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་དེའི་རྒྱལ་མཆན་ཅན་  
དབུང་གི་ཆོག་ས་རྩམས་ཀྱིས་རྒྱལ་མཆན་བསྐྱེངས་པའི་  
ཏོག་ཏུ་ཅང་མཐོ་ཆེས་པས་ནམ་མཁའི་སྤྱོད་རྩམས་  
བསྐྱལ་ཞིང་འཕེན་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་དང་། སྤར་  
ཡང་ཞེས་འདིའི་ཞེས་པ་ནི། སྤར་མ་རྩམས་ལྟར་དཔེར་  
བཟློང་ཉིད་ལ་བསྟེན་པའི་ཆོག་གོ། །

སྐབས་འདིར་དཔང་ཁྱིམ་དུ། ཀེ་ཞེས་པ་བདུན་པའི་  
ཆོག་མཐའ་ཡིན་པས་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་

རིགས་ཏེ། མིང་དབུས་སུ་རྣམ་དབྱེ་བྱིན་ན་རྣ་བར་མི་  
སྟན་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སྤྱ་ཉམས་ཚབ་པོ་ཆེར་འགོ་བ་  
ཅུང་ཟད་སྤྱངས་པས་ཀྱང་ཤེས་པར་སྤྲོ་ན། མཁས་པ་  
ཆེན་པོའི་ཞལ་ནས་གསུང་འདི་སྐད་འབྱོན་པ་ཏྱ་ཅང་  
ཐལ་ཆེ་ཡང་བོད་འགྲེལ་བྱེད་པོ་སྤྲོ་མ་ཀུན་དཔྱད་པ་  
མེད་པར་དེ་རྗེས་སུ་འབྲངས་འདུག། སྤྲོད་ནས་མཁས་པ་  
ཀུན་གྱིས་ལེགས་པར་དཔྱད་ནས་འཆད་པ་འདི་གནད་  
ཆེ་ཞིང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་ནི་དཔེར་བརྗོད་སྤྲོ་མ་དེ་  
ཡང་འདི་དང་སྤྱེལ་ནས་སྤང་བྱར་བཀྲལ་བ་ཡང་མི་  
འཐད་དེ། དེ་ནི་གཞུང་མཛད་པ་པོ་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་  
པས་སྦྱོར་རུང་གི་དམིགས་བསལ་དུ་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ཡིན་པས་སོ། །

བརྒྱད་པ་སྤེབ་སྦྱོར་ཉམས་པ།

བརྒྱད་པ་སྤེབ་སྦྱོར་ཉམས་པའི་མཚན་ཉིད་ནི།

གང་དུ་ཡི་གེ་ཆད་སྟག་དང་།

ཕྱི་ཡང་ངེ་སྟ་བཞིན་མི་གནས།

དེ་ནི་ཐེབ་སྦྱར་ཉམས་པ་སྟེ།

སྦྱོར་འདི་ཤིན་དུ་སྦྱང་པ་ལོ།

སྟན་ངག་གང་དུ་ཆོགས་བཅད་ལ་ཐེབ་སྦྱར་གྱི་བསྟན་  
བཅོས་སྤྲུངས་པར་བྱས་པའི་ཡི་གེའི་གྲངས་ལས་ཆད་  
པ་ཉུང་བ་དང་། སྟག་པ་མང་བ་དག་དང་། ཕྱི་བ་  
དབྱངས་རིང་བ་དང་། བརྟེན་པའི་ཐོག་མར་གང་  
བྱང་བ་རྣམས་དང་། ཀླང་པའི་མཐའ་པལ་ཆེ་བ་དང་།  
ཡང་བ་དེ་འདྲ་མིན་པའི་ཡི་གེ་སྟེ། དེ་དག་ཐེབ་སྦྱར་གྱི་  
རིག་པ་ལས་འབྱུང་བ་ངེ་སྟ་བ་བཞིན་མི་གནས་པར་ཕྱི་  
བ་དགོས་པ་ལ་ཡང་བ་བྱས་པ་དང་། ཡང་བ་དགོས་པ་  
ལ་ཕྱི་བ་བྱས་པ་སྟ་བུ་དེ་ནི་ཐེབ་སྦྱར་ཉམས་པ་ཞེས་བྱ་



སྒྲིལ་འདི་སྒྲིལ་ངག་གི་ལྷན་ཉམས་པ་ཡིན་པས་ཤིན་  
ཏུ་སྒྲིལ་བྱུང་བྱུང་པའི་བྱུང་། འདི་ལ་དམིགས་བསལ་  
སྒྲིལ་མེད་ཏུ་འགྱུར་བའི་སྐབས་ཀྱང་མེད་དོ།

དེ་བཞི་རིམ་པ་བཞིན་འཆད་པ་ལས། ཡི་གེ་ཉུང་བའི་  
དཔེར་བཅོམ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཨིན་པུ་དུཾ་ཤི་ཤི་རྒྱ། །

སྒྲིལ་ཤིན་པུ་མུ་མུ་མུ། །

ཞེས་པ་འདི་ཡི་གེ་བརྒྱད་པ་རྗེས་བསྐྱུངས་ཀྱི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་  
ཡིན་ཀྱང་། རྒྱ་དཔེར་རྒྱ་དཔེར་པ་སྒྲིལ་མེད་པའི་གཞུང་ལས་  
མེད་པས་གཅིག་ཆད་པ་དང་། བོད་སྐད།

སྒྲིལ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསིལ་བས། །

རིག་ཅེས་ཡི་གེ་ཉུང་བ་ཉིད། །

ཅེས་པ་སྟེ་བརྗོད་དོན་རྟོགས་སྒྲ་བར་སྒྲུང་དོ།

སྟག་པའི་དཔེར་བརྗོད་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ས་ཏ་ཀཱ་ར་སྟུ་གེ་ས་ལ་ཡ། །

ཕྱུ་རྩི་ཏ་རྩི་ཀཱ་ཁཱ་རམ། །

ཞེས་པ་འདི་ཡང་ཐེབ་སྦྱར་རྗེས་བསྟགས་ཏེ། ཡི་གེ་  
བརྒྱད་པ་ཡིན་པ་སྟེ་མ་དང་མཚུངས་ཡང་དཔེར་བརྗོད་  
པ་འདིར་རྟུང་པ་གཅིག་ལ་ཡི་གེ་དགུ་བྱུང་བས་ཡི་གེ་  
སྟག་པའི་སྦྱོན་ཡིན་ཅིང་། བོད་སྐད།

ས་ཏ་ཀཱ་རྩི་ལོ་འདབ་གསར་པ་རྣམས། །

སྟུ་མ་ཞེས་ཡི་གེ་སྟག་མའོ། །

ཞེས་པ་ཉིད་དེ་འདི་དག་ནི་བོད་སྐད་ལའང་རྣམ་པ་  
གསལ་བར་ཡོད་དོ།

ཕྱི་བ་ཇི་བཞིན་མིན་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

ཀུ་མེན་སྒྲ་རྒྱ་ནི་ཤི་རྒྱ་མེ་ཡུལ། །

མི་གོ་ཁྲ་ཁ་སྒྲ་ཉུ་ཡ་ཐུ་གུ་རུ་རྩྭ། །

ཞེས་པའི་ཐེབ་སྦྱར་ཉེ་དབང་རྩི་རྩི་ཡིན་པས། དེ་ལ་ཡི་

གོ་དང་པོ་ཡང་བ་དགོས་པ་ལ་འདིར་ཕྱི་བ་བྱས་པས་

ཐེབ་སྦྱར་ཉམས་པ་ཡིན་ལ། བོད་སྐད།

འདོད་པས་མདའ་རྩིན་རི་དྲགས་མིག་ཅན་ལ། །

རྣམ་པར་འཕངས་ཞེས་ཕྱི་བ་ཇི་བཞིན་མིན། །

འདོད་པའི་ལྷས་མེ་ཏྲག་གི་མངའ་རྩིན་པོ་རི་དྲགས་

མིག་ཅན་ལ་རྣམ་པར་འཕངས་སོ་ཞེས་པ་འདིའི་ལེགས་

སྦྱར་གྱི་སྐད་ལ་ཡི་གོ་ཕྱི་བ་ཇི་བཞིན་མིན་པ་སྟེ་ཞོར་བ་

ཡོད་དོ་ཞེས་པའོ། །ཡང་བ་ཇི་བཞིན་མིན་པ་ནི་རྒྱ་

དཔེར།

མ་ད་ན་སྒྲ་རྒྱ་ཉི་ཤི་རྒྱུ་པ་ཏ་རྒྱེ། །

མི་གེ་ཁྲ་རྒྱ་སྒྲ་ཉི་ཤི་པ་སྒྲ་ལ་སྒྲ་ཏྲི། །

ཞེས་པ་འདི་ཐེབ་སྒྲུར་དབང་པོ་རྩི་རྩི་ཡིན་པས། དེའི་ཡི་  
གེ་དང་པོ་སྒྲུབ་དགོས་པ་ལ་འདིར་ཡང་བ་བྱས་  
པའོ། །བོད་སྐད།

མཛེས་པའི་མིག་ཅན་དག་ལ་སྒྲུས་བྱེད་གྱི། །

མདའ་བསྟན་སྒྲུང་ཞེས་ཡང་བ་རྩི་བཞིན་མིན། །

མཛེས་པའི་མིག་ཅན་གྱི་བྱེད་མེད་བཟང་མོ་རྣམས་ལ་  
སྒྲུས་བྱེད་འདོད་སྒྲུབ་མདའ་ལྔ་པོ་སྒྲུང་སྒྲེ་འདོད་པའི་  
དབང་དུ་གྱུར་ཏོ་ཞེས་པའོ། །དེས་ན་བཤད་མ་ཐག་པའི་  
དཔེར་བརྗོད་པ་བཞི་པོ་དེ་ནི་ཐེབ་སྒྲུར་གྱི་བསྟན་བཅས་  
སྒྲུབ་ཤད་པའི་ངེས་པ་དང་འགལ་བས་ན་ཐེབ་སྒྲུར་  
ཉམས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དགྲ་པ་མཆམས་སྦྱར་ཉམས་པ།

དགྲ་པ་མཆམས་སྦྱར་ཉམས་པ་གསུམ། མཆན་ཉིད།  
དཔེར་བཅོམ། ཤད་ཀྱིས་ཆོད་ན་མ་སྦྱར་ཡང་སྦྱོན་མེད་  
པའོ། །དང་པོ་མཆན་ཉིད་ནི།

བསྐྱས་པ་བཅོམ་པར་མི་འདོད་ཅིས། །

ཆོག་ལ་མཆམས་སྦྱར་མེད་པ་གང་། །

ཡ་ཕྱིས་ལ་སོགས་སྐྱུ་མེད་པ། །

དེ་ནི་མཆམས་སྦྱར་བྲལ་ཞེས་བསྟན། །

བསྐྱས་པ་མཆམས་སྦྱར་བ་བཅོམ་པར་མི་འདོད་ཀྱི།  
ཆོག་སོ་སོ་བ་རྣམ་པ་གསལ་བ་བཅོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
པའི་བསམ་པས་ཆོག་གཅིག་པའམ་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་  
མཆམས་སྦྱར་ཐོབ་ཀྱང་མ་བྱས་པ་གང་ལ་དཔེར་ན།  
ཚྭ་པར། ཡ་བྲ་དག་གི་སྟེ་ཅུང་ཟད་ཐུང་པ་དག་ཀྱང་

ངོ། །ཞེས་པས་ཨེ་ཨ་ཡ་རུ་བསྐྱར་བའི་ཡ་ཕྱིས་པ་ལ། བ་  
རོལ་རུ་མཆམས་སྦྱར་འོས་པའི་དབྱངས་ཡོད་ཀྱང་།  
རྩྱ་པར་སྤུ་མ་ལ་མ་གྲུབ་བོ། །ཞེས་པ་དང་། ཀ་ལྷ་པར།  
ཡ་བྲ་དབྱེ་བ་ཆོག་མཐའ་ལ་སྟེ་ཕྱིས་པ་ལ་ནི་རང་བཞིན་  
ནོ། །ཞེས་པའི་མདོས་བཀག་པས་མཆམས་མི་སྦྱར་བ་ལྟ་  
བྱ་དེ་འདྲའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱ་མཆན་ཡང་འཆད་རུ་མེད་པ་  
གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཆམས་སྦྱར་བྲལ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་  
སྦྱོན་རུ་བསྟན་ཏེ། མཆམས་སྦྱར་ནི་བརྟ་སྦྱོད་པའི་  
གཞུང་རྣམས་སུ་འབྱུང་བའི་ངེས་པས་ཡི་གེ་ཕན་ཚུན་  
ཕྱད་པ་ན་རྣམ་འགྱུར་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེའི་ངེས་པ་  
ལས་འདས་ན་སྦྱོན་འདི་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། རྒྱ་དཔེར།

མརྩ་ནི་ལེ་ན་ཅ་ར་རྩ། །

ཨརྩ་རྩ་གརྩ་མརྩ་ལེ། །

ལྷ་པོ་མུ་ཆེ་དེ་གྲ་མོ། །

ན་གྲ་མུ་མུ་མུ་ན་གྲ་པོ། །

ཞེས་པ་འདིའི་རྒྱ་པ་དང་པོའི་མཐར་ཁྱུ་བའི་སྐད་  
དོད་ཅ་ར་ཏུ་ཞེས་འབྱུང་བ་དང་། གཉིས་པའི་མགོར་  
ཨ་རྒྱ་ན་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཏུའི་སྒྲིག་གི་ཨ་དང་ཨ་རྒྱ་ནའི་  
ཨ་དག་ལ། ལྷ་པོ་པའི་མདོར། ཨ་ཀའི་ཨ་ཀ་ལ་རིང་པོའི་  
ཞེས་པ་དང་། ཀ་ལ་པར། མཚུངས་པ་འདྲ་བའི་ཡི་གེ་ལ་  
རིང་པོར་འབྱུར་ཏེ་བྱི་མའང་དབྱེའོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་  
ལྷར་ཨ་ཡིག་གཉིས་རིང་པོ་གཅིག་ཏུ་མ་བྱས་པས་  
མཚམས་སྦྱར་ཉམས་པའོ། །

དེ་ཉིད་བོད་སྐད་དུ།

མཁའ་དང་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡང་། །

ལྷ་པོ་དལ་བུ་ཁྱུ་བ་ཡིས། །

བྱད་མེད་འབྲམ་པའི་དགྱེལ་འཁོར་ལ། །

རྩལ་གྱི་ཁྱ་རྩལ་སེལ་བར་བྱེད། །

ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱང་དལ་བྱ་རྩལ་བ་དང་། དེས་ཡིད་འཕྱོག་  
པའི་སྒོ་ནས་འདོད་ལྡན་བདག་གི་ཡིད་ལ་ཡང་རྩལ་བ་  
འདིས་བྱད་མེད་གྱི་འབྲམ་པའི་དགྱེལ་འཁོར་ལ་ཆད་  
པའམ་འདོད་པས་གཏུང་བ་ལས་བྱུང་བའི་རྩལ་གྱི་ཁྱ་  
རྩལ་པ་སེལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པའོ། །

གསུམ་པ་ཤད་གྱིས་ཆད་ན་མཆམས་མ་སྦྱར་ཡང་སྒྱུན་  
མེད་པའི་དཔེར་བཞིན་ནི། མཆམས་སྦྱར་ཉམས་པའི་  
དཔེར་བཞིན་ལ་བཀོད་ཟེན་མ་ཐག་པའི་སྒྲོ་ཀ་དེའི་  
བྱེད་བྱི་མའི་རྩལ་དཔེ་རྒྱང་པ་གཉིས་གྱི་ཁར་སྦྱར་རྒྱང་པ་  
གཉིས་བསྒྲན་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་།

ལྷ་པ་ལྷ་པེ་དེ་གླ་སྒྲོ། །





རྩལ་གྱི་ཚུ་རྒྱས་སེལ་བར་བྱེད། །

མཚན་མོ་འདི་ལ་ཞེས་འདི་འདྲ། །

མཁས་པས་ཉམས་པར་རིག་མི་བྱེད། །

ཅས་པའི་དོན་བཤད་ཟེན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ཉུར་སྒྲ་དང་  
ངལ་བསོ་དང་། རྩེབ་སྒྲུར་དང་། མཚམས་སྒྲུར་ཉམས་པ་  
ཉེ་སྒྲུན་བཞི་པོ་འདི་ནི་ཕལ་ཆར་ལེགས་པར་སྒྱུར་བ་  
སྤྲོ་ཏའི་སྐད་གྱི་སྒྱུར་བ་ལ་འབྱུང་ཞིང་། སྐད་གཞན་  
ལའང་དེ་དག་གི་སྒྲུགས་མཐུན་རེ་འབྱུང་བ་མཁས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་དགོས་པའོ། །

བརྩ་པ་འགལ་བའི་སྒྲུན།

བརྩ་པ་འགལ་བའི་སྒྲུན་ལ་གསུམ། འགལ་བ་དྲུག་གི་  
མཚན་ཉིད། མཚན་ཉིད་ཅན་དའི་སྒྲུར་བ། སྐབས་

འགར་འགལ་ཡང་སྒྲིན་མེད་པའོ། །དང་པོ་འགལ་བ་

རྒྱག་གི་མཚན་ཉིད་ནི།

རི་ནགས་ཡུལ་འཁོར་ལ་སོགས་ཡུལ། །

ཉིན་མཚན་དུས་རྒྱག་ལ་སོགས་དུས། །

འདོད་པའི་དོན་ལ་བསྟེན་པ་ཡི། །

གར་དང་སྤྱ་སོགས་སྤྱ་ཅལ་ཏེ། །

འབྱུང་པོ་རྒྱ་དང་མི་རྒྱ་བའི། །

འརྒྱག་པ་འཇིག་རྟེན་མིང་ཅན་ནོ། །

རིགས་པ་གཏན་ཆོགས་རིགས་བདག་ཉིད། །

ཐོས་བཅས་གསུངས་པ་ལྟང་ཉིད་དེ། །

སྒྲན་ངག་མཁན་པོ་བག་མེད་ལས། །

དེ་དེར་ཇི་སྟར་གྲགས་པ་བཞིན། །

མེན་པར་གལ་ཏེ་རབ་བྱགས་ན། །

འདི་ནི་ཡུལ་སྐགས་འགལ་ཞེས་བརྗོད། །

མ་ལ་ཡ་ལ་སྐགས་པ་རི་དང་། ཀ་ལི་རྒྱ་ལ་སྐགས་པ་  
ནགས་དང་། ཡུལ་འཁོར་སྟོ་ཕྱགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐགས་པ་  
ཡུལ་ཡིན་ཏེ། །ལ་སྐགས་པས་ཁུ་བོ་དང་འབྱུང་བྱངས་  
སྐགས་བསྐྱེའོ། །ཉིན་མོ་དང་མཚན་མོ་དང་། དབྱར་དང་  
སྟོན་དང་། དགུན་དང་དགུན་སྐྱད་དང་། དཔྱིད་དང་  
སྐས་ཀ་ཞེས་པའི་དུས་དུག་ནྐམས་དུས་ཡིན་ལ། འདོད་  
པ་ཡུལ་ལ་འོངས་སྟོད་པ་བྱུང་པར་བ་དང་། དོན་ཏེ་  
ནོར་ཏེ་བར་མཁོ་བ་སྐྱ་ཚྭགས་པ་ལ་བརྟེན་པའི་གར་  
ཉྐམས་དང་། འབྱུར་བ་དང་། ཚུལ་དང་། ལྷས་འབྱུར་སྐྱ་  
ཚྭགས་པ་དང་། སྐྱ་མགིན་པ་དང་རྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་  
དབྱངས་ངག་དང་། རོལ་ཆ་རང་རང་གི་བསྟན་བཅས་  
སུ་འབྱུང་བ་སྐྱ་རྩལ་གྱི་རིག་པ་དང་། འབྱུང་ཞིང་སྐྱེས་

ཕ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་འབྱུང་པོ་སྟེ་རྒྱ་བ་སེམས་ཅན་དང་།  
 མི་རྒྱ་བ་བཏན་པ་སྟོང་གི་བཅ་པོ་རྣམས་ཡིན་པས་དེ་  
 དག་གི་འཇུག་པ་རང་རང་གི་གནས་ལུགས་ཇི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་དུ་གནས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 མིང་ཅན་ནོ། །རིགས་པ་ནི་གཏན་ཆོགས་ཀྱི་རིག་པ་རྟོག་  
 གའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་བདག་ཉིད་དང་། ཐོས་པ་ནི་རིག་  
 བྱེད་ལ་སོགས་པ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་བཅས་པའི་གནས་  
 ཀྱིས་གསུངས་པ་ལུང་ཉིད་དེ་མཆོན་ཡང་དག་པར་  
 བརྗོད་པའི་རྒྱ་ཆར་འབྱེལ་དུ། ལུང་ནི་ཡིད་ཆེས་ཆོག་  
 ཡིན་ཏེ། །ཉེས་པ་ཟད་པ་རྩུན་གྱི་ཆོག་སྤྲོ་བར་མི་འགྱུར་  
 རྒྱ་མེད་ཕྱིར། །ཉེས་ཟད་ལུང་དུ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཚུལ་ཅན་ནོ། །དེ་ལྟར་ཡུལ་ནས་ལུང་གི་  
 བར་དེ་དང་། དེ་རྣམས་ལ་སྟན་ངག་སྦྱོར་བའི་མཁན་པོ་  
 བག་མེད་ཅིང་དྲན་པ་ཉམས་པ་ལས། དེ་རྣམས་རང་  
 རང་གི་གནས་ལུགས་ལ་ཇི་ལྟར་གྲགས་ཤིང་གྲུབ་པ་

བཞིན་དུ་མ་ཡིན་པར། དེ་ལས་འགལ་བར་གལ་ཏེ་  
ཞུགས་ཤིང་སྤྲོ་ན་འདི་ནི་ཡུལ་ལ་སོགས་པ་རྒྱག་དང་  
འགལ་བ་ཞེས་བརྗོད། ཡུལ་འགལ་བ།

གཉིས་པ་མཚན་ཉིད་ཅན་དེའི་སྒྱུར་བ་དཔེར་བརྗོད་པ་  
ལ་རྒྱག་ཡོད་པའི། དང་པོ་ཡུལ་འགལ་གྱི་དཔེར་བརྗོད་  
ནི།

ག་ཡུར་རྒྱང་འཁྱུང་ལ་རེག་པའི།

མ་ལ་ཡ་རྒྱང་དྲི་བཟང་ཅན།

ཀ་ལི་རྒྱ་ཡི་ནགས་སྐྱེས་པའི།

སྒང་པོ་དག་ནི་རི་དྲགས་མང་།

ཙཱ་ལ་ཀུ་བེ་རྩེ་ངོགས་སའི།

ཨ་ཀ་རུ་ནི་ནག་པོ་སྒྲི།

ཞེས་པ་ཡུལ་དང་འགལ་བ་ཡི། །

ཆོག་གི་འཇུག་པ་འདི་འདྲ་སྟེ། །

མ་ལ་ཡའི་རྒྱུད་གིས་ག་ཕུར་རྒྱུད་ལ་རེག་པས་དེ་  
ནི་དྲི་བཟང་པོ་ཅན་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་འདི། རི་བོ་མ་ལ་ཡ་ན་ག་  
ཕུར་གྱི་ཤིང་ག་ཏན་ནས་མེད་པས་རིའི་གནས་ལྷགས་  
དང་འགལ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀ་ལི་རྒྱ་ནི་ནགས་ཀྱི་བྱེ་  
བྱག་ཞིག་སྟེ་དེ་ན་ཡོད་པའི་སྤང་པོ་ཆེ་རྒྱམས་རི་དྲགས་  
ཀྱི་རིགས་མང་བ་ཡིན་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་འདི་ནགས་ཀྱི་གནས་  
ལྷགས་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་ན་ཡོད་པའི་སྤང་པོ་  
ཆེ་རྒྱམས་སྟེ་དེ་ཞེས་པའི་རིགས་མང་བ་ཡིན་གྱི་རི་  
དྲགས་ཀྱི་རིག་མང་བ་མ་ཡིན་པས་སོ། །སྟོ་ཕྱགས་ཙེ་  
ལའི་ཡུལ་འཁོར་གྱི་ཆུ་སྤྱང་ཀླ་བེ་རྩེ་ཞེས་བྱ་བའི་འགམ་  
ངོགས་ཀྱི་ས་གཞིའི་ཁྱོན་རྒྱམས་ཨ་ཀ་རུ་ནག་པོའི་སྟོན་  
པས་སྟོའོ་ཞེས་པ་འདི་ནི། དེ་ན་ཨ་ཀ་རུའི་སྟོན་པ་

གཏན་ནས་མེད་པས། སྒྲོངས་དང་ཆུ་སྐྱང་གི་གནས་  
 ལྷགས་དང་འགལ་བའོ། །ཞེས་སོགས་དཔེར་བརྗོད་པའི་  
 རྣམ་པ་འདིས་མཚོན་ནས་ཡུལ་དང་འགལ་བའི་ཆོག་གི་  
 འཇུག་པ་ནི་འདི་འདྲ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཉོགས་ཤིང་རིག་  
 པར་བྱས་ནས་སྟོན་ངག་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་  
 དགོས་པའོ། །ག་ཤུར་གྱི་སྐད་དོད་ཀར་སྤར་ཞེས་པ། གྱི་  
 ཤུ་རུས་པའི་བྱིངས་ལ་སྤར་སྟེན་སྤར་བ་ཡིན་པས། དེང་  
 སང་པལ་ཆེར་གྱི་ཀུའྲ་ར་ཞེས་ཏ་ཡིག་ཏུ་བསྐྱགས་པ་ནི་  
 ཤིན་ཏུ་འཁྱུལ་ཞིང་། ག་ཤུར་འདི་ཙུན་དཀར་པོའི་  
 ཐང་ཆུ་ཡིན་ཞེས་བོད་ཀྱི་མཁས་པ་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་གིས་  
 བཞེད། གངས་སྒྲོངས་འདིའི་གསོ་དབྱེད་ཀྱི་གཞུང་  
 ཏུའང་དེ་ལྟར་བྲགས་པ་བྱེ་རབས་ཀྱི་མཁས་པ་འགའ་  
 ཞིག་གིས་བཀག་མོད། ཨ་མ་ར་ཀོ་ཤ་རྩ་འགྲེལ་སོགས་  
 རྒྱ་དཔེ་རྣམས་ནས་ཀྱང་འདིའི་གསལ་ཁ་མ་མཐོང་  
 ཞིང་། དེང་སང་གི་ཨ་ཙར་རྣམས་ཀྱང་ངག་སྒྲོས་མཐུན་



མི་མཐུན་སྣ་ཚྭ་གས་འདུག་ཀྱང་། གཞུང་འདིར་མ་ལ་  
 ཡའི་རྒྱང་གིས་ག་ཕུར་གྱི་ཤིང་ལ་རེག་པ་ཡུལ་འགལ་དུ་  
 བཞག་ཅིང་། འདི་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་འགོལ་དུའང་རི་མ་ལ་ཡ་  
 ན་ག་ཕུར་གྱི་ཤིང་མེད་པས་སོ། །ཞེས་འབྱུང་། འོན་ཀྱང་  
 དེ་ན་ཅུན་ཡོད་པ་ནི་ཡོངས་གྲགས་ཡིན་པ་དང་། ག་  
 ཕུར་གྱི་ཤིང་ཞེས་ཅུན་ལས་ལོགས་སུ་ངེས་བཟུང་བྱས་  
 པ་འདིས་ག་ཕུར་ཅུན་ལས་མི་འབྱུང་བ་གསལ་འདུག་  
 མོད་ཅེས་ཀུན་མཁྱེན་སླ་མས་གསུངས། གཞན་ཡང་  
 སྐབས་འདིར་དབང་ལོ་ཆེན་པོས། རྗེ་བཙུན་སྦྱན་རས་  
 གཟིགས་དབང་གི་བསྟོད་པ་བརྒྱ་པར། པད་སྦྱིས་རལ་  
 པའི་ནགས་ཉལ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕུག་ཞབས་སེན་  
 སེངྒེ་དེས་བྱེད་སྤངས། །ཞེས་དང་། སྦྱིས་རབས་སུ།  
 ནགས་ཕུག་སེངྒེས་བསྤང་བའི་རི་དྲགས་བཞིན། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། སེངྒེ་ནགས་ན་གནས་པ་ལ། གངས་ལ་  
 ཡོད་པར་འཆད་པ་ཡང་རི་དང་འགལ་བའོ། །ཞེས་

གསུངས་པ་ལ། རྩེ་བོད་མཁས་པས་སེལ་ལ་རིགས་དུ་མ་  
 ཡོད་དེ། གངས་ལ་གནས་པ་དང་། རྒྱགས་ལ་གནས་པ་  
 དང་། འདམ་སེང་དུ་གྲགས་པ་དང་། སེལ་རྒྱུ་ཀྱང་པ་  
 བརྒྱད་པ་ཤར་སྟེ་རྩེ་གྲགས་པ་ཡང་ཡོད་དེ། སྟེ་ར་ཏར།  
 ཀྱང་པ་བརྒྱད་པ་གྲེན་མིག་ཅན། ཤར་སྟེ་རི་རྒྱགས་ལ་  
 བསྐྱོད། སེལ་འཛུགས་པར་ཡང་དག་འགྲོ། རྒྱལ་པ་དེར་  
 རི་ངས་པར་ཁྱུགས། ཞེས་པ་དང་། སྟེ་ར་ཆེན་པོའི་མདོ་  
 ལས་ཡང་དེའི་ཆེ་གངས་ཀྱི་རི་ལ་གནས་པའི་སེལ་འཛུགས་  
 རྒྱལ་པོ་རིན་ཆེན་པར་ཞེས་བྲ་བ། སེལ་འཛུགས་རྒྱལ་པོ་འབྲུམ་  
 ཐུག་དུ་མ་དང་སྟེ་ར་ཆེན་པོའི་ཞེས་དང་། རྒྱ་ཆེ་རོལ་པའི་  
 མདོར། གངས་ཀྱི་རི་བོའི་ངོས་ལས་སེལ་འཛུགས་ཐུག་དག་  
 འོངས་ཏེ་ཞེས་སོགས་ཀྱང་ཡུལ་དང་འགལ་ལོ་མི་གསུང་  
 གང་། ཞེས་དགག་པ་མཛད་མཛད་ཀྱང་དོན་དུ་རི་བོ་  
 གངས་ཅན་སོགས་རིའི་རྩེ་མོར་གངས་ཡོད་པས་མིང་དེ་  
 རྒྱུད་དུ་གྲགས་ཀྱང་། མཐའ་རྒྱགས་ཆོལ་སྟུག་པོས་གང་

བའི་ནགས་ལ་སེངྒེ་གནས་པ་ཡིན་པས། གངས་ཀྱི་རི་ལ་  
 གནས་པའི་སེངྒེ་དང་། གངས་ཀྱི་རི་བོའི་ངོས་ལས་  
 སེངྒེའི་ཕུ་གུ་འོངས་ཞེས་མདོ་ལས་འབྱུང་བའང་དེ་ཡིན་  
 ཏེ། དཔེར་ན་བོད་ཁ་བ་ཅན་པ་ཞེས་དང་། བོད་གངས་  
 ཅན་གྱི་མི་རྣམས་ཞེས་འབྱུང་ཡང་། བོད་གྱི་མི་རྣམས་  
 གངས་ཀྱི་ནང་ན་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་ལྟ་བུའོ། །གཞན་  
 ཏུ་ན་སྐྱེན་པ་འཛོལ་བྱེད་གཞོན་རུ་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 ཀྱིས་རི་གངས་ཅན་ཏུ་བྲིད་ནས་སྐྱེན་བསྟན་པའི་ལོ་  
 རྒྱུས་འབྱུང་བས། གངས་ཀྱི་ནང་ན་སྐྱེན་གྱི་བྱེ་བྲག་མང་  
 བོ་སྐྱེས་པ་དངོས་སུ་འགལ་ཞིང་བོད་ཡུལ་འདིར་བྱོན་  
 པའི་མཁས་གྲུབ་ཚད་མ་རྣམས་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་  
 གནལ་རྩི་སྐྱེན་བོའི་བར་ཀུན་ལ་གངས་ཀྱི་སེངྒེ་ཞེས་  
 གྲགས་པ་ནི་བདེན་མོད་ཀྱང་། དེ་ནི་ཡུལ་དེ་དག་གི་  
 རྒྱུས་ཚུང་བའི་བོད་ཡུལ་གྱི་གན་པོ་རྣམས་ལ་སྤར་ནས་  
 གྲགས་ཟིན་པའི་རྩིས་སུ་འབྲངས་ནས་མ་དཔྱད་པར་

གསུངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། གངས་ལ་སེངྒེ་ཡོད་པའི་  
ལྷང་གི་སྐྱབ་བྱེད་དུ་མི་འགྱུར་ལ། རྒྱ་གར་བའི་བསྟན་  
བཙེས་རྣམས་ནས་ཏ་རི་རྒྱ་མཆོད་མགོན་འཕྲོག་དུ་  
གྲགས་པའི་རི་དྲགས་ཀྱི་བྱུང་པར་བྱང་ཐང་དུ་གནས་  
པ་ཞིག་ཡོད་པར་གྲགས་པ་ལས། གཞན་འདམ་སེང་དུ་  
གྲགས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པའི་བྱུངས་མ་མཐོང་བས་  
བརྟག་པར་བྱ་བའི་གནས་སུ་སྤང་ཞེས་གསུངས་སོ།

‘པར་བྱའོ།

༢ དུས་འགལ་བ།

གཉིས་པ་དུས་འགལ་གྱི་དཔེར་བཞིན།

པརླ་ཅན་ནི་མཚན་མོ་རྒྱས། །

ཉིན་པར་ཀྱ་མཁུ་ལྡན་པ་གསལ། །

དབྱེད་ནི་ནི་ཅུ་ལ་རབ་རྒྱས། །

སོས་ཀ་དག་ནི་སྤྱོན་གྱིས་གཏིབས། །

ངང་པའི་སྤྱོན་ནི་དབྱར་མཉན་འོས། །

སྤྱོན་ནི་མ་བྱ་ཕྱིས་པ་སྟེ། །

དགུན་སྤྱོད་ཉི་མ་ངེ་མ་མེད། །

དགུན་ནི་ཅ་རྒྱན་བཟུགས་པར་འོས། །

ཞེས་པ་འདི་འདྲ་དུས་དང་ནི། །འགལ་བའི་ལྷགས་དག་  
བསྟན་པ་ཡིན། །པར་ཅན་དེ་པར་འདི་སྤྱོད་བྱ་ནི་མཆན་མ་  
རྒྱས་པས་དེའི་མེ་ཏོག་ཁ་བྱེད་ཞེས་པ་དང་། ཉིན་པར་  
ཀྱ་མཁའ་ལྡན་པ་སྟེ་ཀྱ་མཁའ་འདི་སྤྱོད་པོ་གསལ་ཞིང་རྒྱས་  
པས་དེའི་མེ་ཏོག་ཀྱང་གསལ་ལོ་ཞེས་པའི་རྒྱང་པ་  
གཉིས་པོ་འདི་ཉིན་མཆན་གྱི་གནས་ལྷགས་དང་འགལ་  
བའོ། །སྐབས་འདིར་འགྲེལ་པ་རྣམས་སུ་པར་ཅན་ཉི་མ་  
དང་། ཀྱ་མཁའ་ལྡན་པ་སྟེ་བ་ལ་ངོས་བཟུང་ཡང་དེའི་

བཤད་ཁྱེད་མེད། རྒྱ་འབྲེལ་ནས་ཀྱང་སྤར་དོན་གཞན་  
 བཀོད་པའི་སྐབས་སུ་པར་ཅན་ནི་པར་འཛིན་ཆལ་དང་། ཀྱི་  
 ཟུང་ཕྱན་པའང་དེའི་ཆལ་ལ་བཤད་ཀྱང་། འདིར་པར་  
 ཅན་ནི་པར་འཛིན་ཡུ་བ་དང་། ཀྱི་ཟུང་ཕྱན་པའང་དེའི་རྩ་  
 བ་ཉིད་དུ་བཀྲལ་བ་ལྟར་བཀོད་པ་སྟེ། པར་དང་ཀྱི་ཟུ་  
 ཏ་དག་གི་ཡུ་བའམ་སྤྱོད་པོ་རྒྱས་པ་ལས་མེ་ཏོག་བྱེ་  
 ཞིང་། དེ་ལས་སྟོན་ན་བྱམ་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབྱིད་  
 དུས་སུ་ཤིང་ནི་རྩ་ལ་སྟོན་མར་ཁ་འབྲས་པའི་དུས་ནས་  
 རབ་དུ་རྒྱས་སོ་ཞེས་པ་དང་། སྤོང་ཀ་ཚད་པའི་དུས་  
 དག་ནི་ཆར་སྟེན་སྟུག་པོས་གཏོབས་སོ་ཞེས་དང་། ངང་  
 པའི་སྤྱ་ནི་ཆར་སྟེན་རབ་དུ་རྒྱས་པའི་དབྱར་དུས་སུ་  
 མཉན་པར་འོས་སོ་ཞེས་དང་། རྟོན་འབྲུག་སྤྱ་མེད་པའི་  
 དུས་སུ་མ་བྱ་དགའ་བས་སྟོས་པར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་པ་དང་།  
 དགུན་རྟོད་སྟེན་དང་རྩལ་གྱི་དུས་སུ་ཉི་མ་ངོ་མ་མེད་  
 ཅས་པ་དང་། དགུན་སྤྱད་ཤིན་དུ་གང་བས་བསེལ་བའི་

རྩེ་ས་ཅེ་རྩེ་ན་མི་མཁོ་བའི་དུས་སུ་ཅེ་རྩེ་ན་བསྐྱགས་པར་  
འོས། ཞེས་པའི་རྟེན་པ་རྩུག་པོ་འདི་འདྲ་དུས་རྩུག་སོ་  
སོའི་གནས་ལྷགས་དག་དང་འགལ་བའི་དཔེར་བཞིན་  
དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ།

༡ སྐྱེ་རྩེ་ལ་དང་འགལ་བ།

གསུམ་པ་སྐྱེ་རྩེ་ལ་དང་འགལ་བ་ནི།

སྐྱེ་རྩེ་ལ་དག་དང་འགལ་བའི་ལམ། །

རུང་ཟད་བསྟན་པར་བྱ་སྟེ་དཔེར། །

ཞེས་རྟེན་པ་གཉིས་ཀྱིས་བཤད་པར་དམ་བཅས་ནས།

དེ་དཔེར་བཞིན་པ་ནི།

དཔེར་དང་སྒྲེག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི། གནས་ཅན་ཁྱོད་དང་  
ཡ་མཚན་ནོ། །

དབྱངས་བདུན་རྫོགས་པ་འདི་དག་ནི།

ཐ་དད་ལམ་དུ་རབ་དུ་འཇུག།

འདི་ཉླར་སྐྱེ་ཙུལ་དུག་ཅུ་བཞིར།

འགལ་བ་ལེགས་པར་རྫོགས་པར་བྱ།

སྐྱེ་ཙུལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ལས།

དེ་ཡི་རང་བཞིན་གསལ་བར་འགྱུར།

ཞེས་པའི་རྒྱུ་པ་སྤྲུལ་གཉིས་འདིར་འགྱུར་བཅོས་པ་  
བཞིན་དུ་ལེགས་ཏེ། །གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར། སྤྲུལ་ཡི་ཞིག་  
འབྱུང་བ་བོད་རྒྱུ་གནས་ཅན་ཏེ་ཉམས་བརྒྱུད་པའི་སྐྱེ་  
མིང་དང་། དེ་ཡང་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ལྷན་ངག་དུ་  
མ་ཐོན་ཅིང་། ཡིད་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་ཐོག་  
མའི་ས་བོན་ཉླ་བྱུར་གྱུར་པ་དེ་ལ་ཡིད་བྱེད་དམ་གནས་  
ཞེས་བྱ། དེ་ཆེས་ཆེར་འཕེལ་བས་ལྷན་ངག་གི་ཉམས་



འགྱུར་རོ་ཉམས་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་ལ་ཉམས་སམ་  
 གནས་ཅན་ཞེས་བྱ། དེ་ལྟ་བུའི་གནས་སམ་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་  
 བྱུང་པར་གྱུར་གྱུར་པ་རེ་དང་། གནས་ཅན་ནམ་ཉམས་  
 ཀྱི་བྱུང་པར་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་རེ་གྱུ་འབྲས་སུ་འབྲེལ་  
 བའི་འབྲེལ་པ་མ་འཆོལ་བར་འབྱུང་དགོས་པའི་བྱིར།  
 འདྲིར་ཡང་སྟོབ་པའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་གནས་འཕེལ་བ་དཔའ་  
 བའི་གནས་ཅན་ནམ་ཉམས་དང་། དཀའ་བའི་ཡིད་  
 བྱེད་ཀྱི་གནས་འཕེལ་བ་ལས་སྒྲེག་པའི་ཉམས་སམ་  
 གནས་ཅན་དག་བྱུང་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་སྟོབ་པའི་ཡིད་  
 བྱེད་ཀྱི་གནས་འཕེལ་བ་དྲག་པོའི་ཉམས་སམ་གནས་  
 ཅན་དང་། ཡ་མཆན་པའི་གནས་སམ་ཡིད་བྱེད་འཕེལ་  
 བ་ཆེད་བྱུང་གི་གནས་ཅན་ནམ་ཉམས་ཞེས་སྟོས་དགོས་  
 པ་ལ། འདྲིར་དཔའ་བའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཅན་སྟོབ་པ་  
 དང་། སྒྲེག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཅན་ཡ་མཆན་ནོ་  
 ཞེས་བརྗོད་པ་འདྲི་དང་། ཡང་དབྱངས་བདུན་ནི། དང་

སྒྲིང་དང་། ས་འཛིན་དང་། རྒྱལ་སྒྲིམ་དང་། བར་མ་  
 དང་། སྒྲིག་སལ་དང་། ལྷ་པ་དང་། འཁོར་ཉན་རྣམས་  
 ཏི་དེ་བདུན་ཀ་གཅིག་དུ་རྫོགས་ཤིང་འདྲེས་པ་དེ་སྟན་  
 པའི་ཚད་དུ་བཅེ་བ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་དང་པོ་དབྱངས་  
 བདུན་གཅིག་དུ་རྫོགས་ཞེས་སྒྲིམ་ནས། སྒྲར་ཡང་། ཐ་  
 དད་ལམ་དུ་རབ་དུ་འཇུག་ཅེས་དབྱངས་བདུན་པོ་མ་  
 འདྲེས་པར་སོ་སོ་ཐ་དད་པའི་ལམ་དུ་འཇུག་ཅེས་སྒྲིམ་  
 པ་དག་གིས་སྒྱུ་རྩལ་དང་འགལ་བ་ཡིན། དེ་ལ་དབྱངས་  
 བདུན་ཞེས་པའང་སྒྱུ་གར་རོལ་མོ་གསུམ་ཀའི་མིང་ལ་  
 ཁ་ནས་ལེན་པའི་སྒྱུ་ཉིད་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ཞིག་སྟེ།  
 འཆད་ཚུལ་འདི་བཞིན་རྒྱ་འགྲེལ་ནས་འབྱུང་། ཡང་ན་  
 སྒྲིན་གྱི་གཙུག་ལག་ལས། རྩེད་མོ་སྒྲིམ་པར་སྒྲུང་བ་  
 བྟེ། ལྷ་པ་དང་ནི་བར་མའི་དབྱངས། དཔལ་པོ་དྲག་པོ་  
 རོ་མཚར་དུ། རྒྱལ་སྒྲིམ་ཁྱུ་མཆོག་དེ་བཞིན་ནོ། །ས་  
 འཛིན་པ་དང་འཁོར་ཉན་དབྱངས། སྒྲིང་རྗེའི་རོལ་

སྒང་བར་བྱ། །འཐབ་མོ་འཇིགས་དང་བཅས་པ་ལ། །སྒོ་  
 གསལ་དབྱངས་ནི་སྒང་བར་བྱ། །ཞེས་འཇུག་ཡུལ་དང་  
 འཇུག་བྱེད་ཀྱི་དབྱངས་འབྲེལ་དགོས་པས། །སྤྱིང་རྗེའི་  
 ཡུལ་ལ་སྒོ་གསལ་གྱི་དབྱངས་སྟ་བུ་སྒྱུ་རྩལ་དང་འགལ་  
 བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པའང་རྣམ་གྲངས་སོ། །དེས་ན་འདི་  
 ལྟར་བརྗོད་པའི་རིམ་པས་སྒྱུ་རྩལ་དང་རོལ་མོའི་མཆན་  
 ཉིད་ལ་སོགས་པ་དྲུག་ཅུ་རྩ་བཞི་སྟོབ་དཔོན་ཚུལ་  
 བྲིམས་བསྐྱུངས་ཀྱི་ལུང་ཕྱན་ཆོགས་ཀྱི་འབྲེལ་པ་ལ་  
 སོགས་པར་མིང་ཅམ་གསུངས་པ་དང་འགལ་བ་རང་  
 རང་གི་རྣམ་བཞག་ལས་འདས་པ་རྣམས་ལེགས་པར་  
 ཉོགས་པར་བྱའོ། །དེ་རྣམས་གང་ལས་ཤེས་པར་འགྱུར་  
 ཞེ་ན། །སྒྱུ་རྩལ་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བསྟན་  
 བཅོས་ལེའུ་བཞིར་དབྱུག་པ་ཅན་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བྱས་  
 པ་དེ་ལས་ཡོངས་སུ་ཉོགས་པར་བྱོས་ཤིག་པའོ། །ཡང་  
 ན་སྒྱུ་རྩལ་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བཅད་པ་གོམས་པར་

གྱུར་པ་ལས་རང་རང་གི་གནས་ལྷགས་སམ་རང་བཞིན་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་པའོ། །

༥ འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བ།

བཞི་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བའི་དཔེར་བཅོམ་ནི།

སྒང་པོ་དག་ནི་རལ་པ་གཡོ། །

རྟ་ཡི་ན་ནི་རྟ་བ་ཡིན། །

ཨ་རུ་ནི་སྒྲིང་པོ་ལྷ། །

མེད་མེད་སྒྲིན་པ་སྒྲིང་པོ་མེད། །

ཅས་པ་འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་པ། །

ཉིད་དང་འགལ་བ་ཀུན་གྱིས་སྤང། །

སྒང་པོ་ཆེ་ལ་རལ་པ་གཏན་ནས་མེད་པ་ལ་དེ་གཡོའ་  
ཞེས་པ་དང་། རྟ་ལ་རུ་མེད་པ་ལ་དེ་རྟ་ཞེས་བཅོམ་པ་

འདི་དག་ནི་གཡོ་བ་བཅུད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་གནས་  
 ལྷགས་དང་འགལ་བ་ཡིན་ལ། སྐབས་འདིར་དཔང་རྟེན་  
 ཏུ། དེ་བཞིན་དུ་སེལ་ལ་གཡུ་རལ་ཡོད་དེ་ཞེས་པའང་སྟེ་  
 འདུལ་བ་རྒྱ་ཆེར་འབྲེལ་དུ། སེལ་འོ་སྐྱ་སེར་སྐྱར་  
 གསུངས་པས་སོ། །ཞེས་པ་ལ། ཡང་རྗེ་བོད་མཁས་པས་  
 རྩ་མ་བཞིན་དུ་སེལ་ལ་རིགས་མང་བས་སྐྱ་ཡང་གཅིག་  
 ལས་སེར་སྐྱར་བཤད་པས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པ་མ་  
 ཡིན་ཅོ། །ཞེས་གསུངས་ཀྱང་སེལ་ལ་རིགས་མང་བ་དང་།  
 དེའི་བྱེ་བྲག་འགའ་ཞིག་ལ་གཡུ་རལ་ཡོད་པའི་སྐྱངས་  
 ཀྱང་བཅུ་ལ་ན་རྟེན་སྐྱ་བ་མ་ཡིན་ཅིང་། རྟོན་དུ་ནི་  
 སེལ་འོ་གཡུ་རལ་ཟེར་བ་འདི་བོད་ཡུལ་ན་ཡོངས་སུ་  
 གྲགས། རྒྱ་གར་ན་སེལ་རལ་དམར་ཅན་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཨ་རུ་སྟེ་དན་རོག་གི་ཤིང་ནི་བོད་ཀྱི་ལྷམ་  
 རྩ་བུ་སྐྱ་མཐོགས་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལ་སྟོང་པོ་ལྷེ་ཞེས་པ་  
 དང་། སེང་ལྷེང་གི་ལྷོན་པ་ནི་ཤིན་དུ་སྐྱ་ཞིང་མཐོགས་

པའི་ཚད་དུ་བཅི་བ་ལ་སྙིང་པོ་མེད་ཅེས་སྒྲིམ་པ་སྟེ།  
 ཀླང་པ་བྱི་མ་འདི་གཉིས་ནི་བརྟན་པ་སྒྲོད་གྱི་འཇིག་  
 ཏིན་གྱི་གནས་ལྷགས་དང་འགལ་བར་བརྗོད་པ་ཡིན།  
 འདིར་སྙིང་པོ་སྒྲེ་བ་དང་སྙིང་པོ་མེད་ཅེས་པ་དག་ནི་སྤ་  
 མཁྱེགས་ཡོད་མེད་ལ་ཟེར་བ་ཡིན་པས་གཞན་དུ་བབྱང་  
 བར་མི་བྱའོ། །དེ་བས་ན་དཔེར་བརྗོད་པའི་རྣམ་པ་འདི་  
 ནི་འཇིག་ཏིན་པ་ཉིད་དང་འགལ་བ་སྟེ་སྒྱུན་གཞན་  
 རྣམས་ནི་མཁས་པས་རྟོགས་བྱ་ཡིན་པའི་བྱིར་དེ་རྣམས་  
 ཁོ་ནས་སྤང་བར་འགྱུར་ལ། འདི་ནི་མཁས་སྒྱུན་ཀུན་  
 གྱིས་ངེ་ལྟར་འགལ་བའི་ཚུལ་ཤེས་སྤྲོ་བས་མཁས་སྤངས་  
 ཐམས་ཅད་གྱིས་སྤང་བྱར་འགྱུར་བའི་བྱིར་མཚང་ཆེ་  
 བས་ནན་གྱིས་སྤང་བར་བྱའོ། །

༥ རིགས་པ་དང་འགལ་བ།

ལྷ་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི།

རིགས་པ་ཞེས་བྱ་གཏན་ཚིགས་ཀྱི།

རིག་པ་དང་འགལ་བཤད་པར་བྱ།

རིགས་པ་སྟེ་གྲུབ་པའི་མཐའ། གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རིག་  
པས་གཏན་ལ་ཕབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དང་འགལ་བ་  
ཉིད་འདིར་འཆད་པར་བྱའོ། །ཞེས་དམ་བཅས་ནས་དེ་  
དཔེར་བཟོད་པ་དངོས་ལ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་  
རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ནི། བདེ་གསེགས་འདུས་བྱས་  
འཇིག་པར་ནི། །གསུངས་པ་བདེན་མོད་དེ་ལྟ་  
ནའང་། །ཙ་ཀོ་ར་ཡི་མིག་ཅན་དེ། །བདག་གི་སྟོང་ལ་ད་  
དུང་གནས། །བདེ་བར་གསེགས་པ་དེ་བཞིན་གསེགས་  
པས་རྒྱ་དང་རྒྱེན་རྣམས་འདུས་ནས་བྱས་པའི་དངོས་པོ་  
རྣམས་མི་ཉྱག་པ་སྐད་ཅིག་མ་འཇིག་པའི་ཚེས་ཅན་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་བདེན་པར་གསུངས་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་  
དབྱས་ནས་དེ་ལྟ་ན་ཡང་བྱ་ཙ་ཀོ་རའི་མིག་ཅན་གྱི་

མཛེས་མ་འདི་ནི་འདོད་ལྡན་བདག་གི་སྒྲིང་ལ་སྒྲར་  
ཡུན་རིང་པོ་གཅིག་ནས་བརྩམས་ཏེ་ད་དུང་གི་བར་  
དུའང་གནས་སོ། །གལ་ཏེ་འདུས་བྱས་རྣམས་སྐད་ཅིག་  
གིས་འཇིག་པ་བདེན་ན་འདི་ཇི་ལྟར་འཐད་ཅེས་བཞེད་  
པ་འདི་ནི་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་རིགས་པ་དང་  
འགལ་བའོ། །ཡང་དང་སྤང་སེར་སྐྱའི་སྒྲོབ་མ་གངས་  
ཅན་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་དང་འགལ་བའི་དཔེར་བཞེད་  
འདི་ཀོ་དཀའ་ཞིང་འབྲུལ་པ་ཆེ་བས་འདིར་ཅུང་ཟད་  
གསལ་བར་བཤད་ན་གཞུང་གི་རྒྱ་དཔེར།

ཀླ་པེ་ལེ་ར་ས་དུང་ཏི། །

སྒྲ་ན་ཨེ་ལྷོ་པ་ལྷ་རྩུ་ཏི། །

ཨ་ས་ཏཱ་མེ་ལ་དྲི་བྱུ། །

ཡ་སྒྲ་དཔྱ་ནི་རྩུང་ལྷ། །



ཞེས་འབྱུང་བ་བོད་སྐད་དུ།

སེར་སྐྱ་བ་རྣམས་མེད་རྣམས་ཀྱི།

སྐྱེ་བ་གནས་པ་ཉིད་དུ་བཟོད།

ཅི་ཕྱིར་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ནི།

མེད་རྣམས་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་མཐོང་།

ཞེས་པ་སྟེ། འདི་ཐད་ཀྱི་རྒྱ་བྱེའི་འགྲེལ་པར། སེར་སྐྱ་  
བ་སྟེ་གངས་ཅན་བ་རྣམས་ཀྱིས་མེད་པ་སྟེ་རུས་པའི་  
རང་བཞིན་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་སྐྱེ་བ་ནི་གནས་  
པ་ཉིད་དེ་གནས་ངེས་པ་ཡོད་པས་སོ། །འདིར་ཨ་ཡིག་  
གི་མཐའ་ནི་ངེས་ཆོག་གི་སྐྱར་བའི་དོན་མཆོན་པར་  
བྱས་པའོ། །ཁྱེད་རྣམས་ཀྱི་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བཟོད། གང་  
གི་ཕྱིར་བདག་ཅག་རྣམས་ཀྱིས་ནི་དོན་གཅིག་དུ་མེད་  
པ་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་འབྱུང་བ་མཐོང་བས་སོ། །ཞེས་

གཏན་ཚིགས་ཀྱི་རིགས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་དེ་གྲངས་  
 ཅན་པའི་འདོད་པ་ལ། ཡོད་པ་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་།  
 འགའ་ཞིག་དུ་གསལ་བར་འབྱུང་བ་ཙམ་དུ་རྣམ་པར་  
 བཞག་པའི་བྱེད་རོ། །ཞེས་འབྱུང་ཞིང་སྐབས་འདིར་  
 གནས་པ་ཞེས་པའང་ཡོད་པའི་དོན་དུ་ཤེས་པར་  
 བྱའོ། །དེ་ཡང་ཨ་སཱ་ཅེས་པ་སཱ་ཡོད་པའི་དོན་ལ་  
 དགག་ཚིག་ཨ་སྐྱར་བ་ཡིན་པས། འགྱུར་སྤྲ་མ་འགའ་  
 ཞིག་དུ། སེར་སྐྱས་གནས་པ་ཡོད་མིན་ཉིད། །ཅེས་བསྐྱར་  
 ཅིང་། དཔང་རྒྱུ་དུའང་དངོས་པོར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 སྐྱེ་བ་ལ་གནས་པ་སྤྲ་ཡོད་ཁོ་ན་འབྱུང་བར་བརྗོད་མོད་  
 ཅེས་བཀལ་བ་ལྟར་རྒྱ་འགྲེལ་དང་མཐུན་པས་ལེགས་  
 ཤིང་། གཞན་བོད་འགྲེལ་བྱེ་མ་རྣམས་ལྟར་ན་མེད་པ་ལ་  
 ཡོད་པར་བསྐྱར་བ་དང་། སྤྲ་ནམ་ཞེས་པ་རྣམ་དབྱེ་དང་  
 པོའི་མཐའ་ལ་བདུན་པའི་མཐར་བསྐྱར་བ་སོགས་དོན་  
 དང་འགལ་བ་མང་ངོ་། །འདིར་འགྱུར་བཙམ་པའི་དོན་

ཡང་། རྒྱའཁྱེལ་གྱི་ཚེག་བསྐྱར་བ་ལྟར་གྲངས་ཅན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོར་མེད་པ་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་འབྱུང་  
 བ་ནི་སྤར་ཡོད་ཅིང་གནས་པ་ཉིད་གསལ་བར་འབྱུང་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་མི་བདེན་ཏེ་བདག་ཅག་རྣམ་ཀྱིས་  
 མེད་པ་ཉིད་སྐྱེ་བར་མཐོང་བའི་བྱུར་ཞེས་པའི་དོན་  
 ནོ། །འཁྱེལ་པར་ཨ་ཡིག་གི་མཐའ་ནི་སོགས་ཀྱི་དོན་  
 ཡང་། སྤྱ་རྒྱ་ཞེས་པ་བྱད་མེད་ཀྱི་རྟགས་ཡིན་ཡང་། དེས་  
 ཚེག་གིས་ཨ་བྱད་གི་མཐའ་སྐྱེས་པའི་རྟགས་སུ་བྱས་པ་  
 ནི་དེས་ཚེག་གིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན་པས་ཁས་ལེན་དེས་  
 པའི་དོན་ཡིན། སྐྱུར་གྲངས་ཅན་པའི་འདོད་པ་ལྟར་ན།  
 དངོས་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་ཀྱང་བདེན་པར་ཡོད་པ་དང་།  
 མེད་པ་རྣམས་ཀྱང་བདེན་པར་མེད་པར་འདོད་པས་  
 འདིར་གྲུབ་མཐའ་དེ་དང་འགལ་བ་ཞིག་དཔེར་བརྗོད་  
 པ་སྟེ། གཞན་དུ་ན་ཚད་མར་གྱུར་པ་རང་ཅག་སངས་  
 རྒྱས་པའི་གྲུབ་མཐའ་མཐར་ཐུག་ཐེག་ཆེན་པའི་འདོད་

པ་ལྷར་དོན་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར། ཚོས་ཐམས་ཅད་  
བདེན་པར་མ་གྲུབ་པས་སྐྱེ་འགག་དུ་སྤང་བ་འདི་  
ནམས་སྐྱེ་མ་ལྷ་བྱར་སྤང་བ་ཞིག་གོ།

དེ་དག་གི་དོན་བསྐྱེད་བ་ནི།

རིགས་པ་དག་དང་འགལ་བ་ཡི།

ལྷགས་འདི་ཀུན་དུ་བལྟ་བར་བྱ།

དེ་ལྷར་རིགས་པ་དག་སྟེ་རྗེས་སུ་དཔག་པའི་ཚད་མས་  
གཏན་ལ་ཕབ་པ་རང་ཅག་སངས་རྒྱས་པ་དང་། གཞན་  
སྟེ་ལྷ་སྟེགས་གངས་ཅན་པ་གཉིས་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་ལྷགས་  
དང་འགལ་བ་གཉིས་འདིར་དཔེར་བརྗོད་པ་དེས་  
རིགས་བསྐྱེད་ནས། ཀུན་དུ་སྟེ་བརྗོད་པ་དེ་ལས་གཞན་  
དུ་ཡང་གྲུབ་མཐའ་ཇི་སྟེད་པ་དེ་སྟེད་པའི་བར་དུ་འང་  
བལྟ་བར་བྱའོ་ཞེས་པའི་དོན་དོ།

ཅ ལྷང་དང་འགལ་བ།

རྩལ་པ་ལྷང་དང་འགལ་བ་ནི།

དེ་ནས་ལྷང་དང་འགལ་བ་ཡི།

འཇུག་པ་དག་ནི་བསྟན་པར་བྱ།

མེ་ནི་བཞག་པ་མ་ཡིན་ཡང་།

བྱ་སྤྱེས་བྲམ་ཟེ་མ་ཉམས་པའི།

སྤྱོད་པས་བརྟན་པ་འདི་དག་ནི།

བེ་ལྷ་ན་རྩེ་མཆོད་སྤྱོད་བྱེད།

འདི་ནི་ཆོ་ག་མ་བྲས་ཀྱང་།

སྤྱ་མ་དག་ལས་རིག་བྱེད་བསྟགས།

རང་བཞིན་དག་པའི་ཤེལ་དག་ནི།

འདུ་བྱེད་གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད། །

དེ་ནས་ལྷང་ཆོས་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་དང་བཅས་པའི་རིག་  
བྱེད་དང་འགལ་བའི་འཇུག་པ་གང་ཡིན་པ་དག་ནི་  
འདིར་བསྟན་ཅིང་བཤད་པར་བྱའོ། །ཞེས་དམ་བཅས་  
ནས། དེ་དཔེར་བརྗོད་པ་ནི། རིག་བྱེད་ཀྱི་ལྷང་རྒྱ་འགྲེལ་  
དུ་བྲངས་པར། གང་ཞིག་མེ་ནི་བཞག་བྱས་ནས། །བྱ་  
སྐྱེས་བེ་ལྷ་ན་རུལ། །མཆོད་སྦྱོན་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་  
བྱེད། །ཅེས་འབྱུང་བའི་ལྷང་དོན་དང་མཐུན་པར་བྲམ་  
ཟེའི་བྱ་ཐོག་མར་སྐྱེས་པའི་དུས་དེ་ནས་བརྒྱུ་ཉེ་  
བར་མ་ཆད་དུ་རྒྱན་མཐུད་ནས་བཞག་པའི་མེ་དེ་ལ།  
སྤང་ནས་དེའི་ཆེ་སྐྱེས་པའི་བྱ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཆོད་སྦྱོན་  
འདུས་བྱ་དགོས་པ་ལ། འདིར་མེ་ནི་བཞག་ཅིང་རིག་  
བྱེད་ལས་བྱུང་བའི་ཆོ་གས་འདུས་བྱས་པ་མ་ཡིན་ཡང་།  
བྱ་སྐྱེས་པར་གྱུར་པའི་བྲམ་ཟེ་རང་གི་ངེས་པའི་སྦྱོད་པ་

མ་ཉམས་བརྒྱན་ཅིང་མངོས་པར་བྱས་པ་འདི་རྣམས་  
 གྱིས། བེ་ཤྭ་ན་ར་ཞེས་པ་མེ་ལྷའི་པའི་མིང་སྟེ། དེ་ལ་བྱ་  
 རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱུན་སྦྱར་བས་བེ་ཤྭ་ན་ར་ཞེས་བྱ་བ་པ་མེ་དང་  
 མེ་ལྷ་གཉིས་ཀའི་མིང་དམ་དེ་གཉིས་དབྱེར་མེ་བྱེད་  
 པའི་མིང་ཡིན་པས། ཀལ་རྟེ་རྒྱུར། དྲང་སྟོང་བེ་ཤྭ་ན་  
 རའི་བྱ་ཡིན་པས། བེ་ཤྭ་ན་ར་སྟེ། ཞེས་གསུངས། དེ་ལ་  
 མཚོད་པའི་མཚོད་སྦྱོར་ཏེ། སྦྱོར་སྟེག་དའི་མིང་ལ་བེ་ཤྭ་  
 ན་རི་ཞེས་བྲགས་པས་དེ་ལྟ་བུའི་མཚོད་སྦྱོར་བྱེད་དོ་  
 ཞེས་པ་འདི། གོང་དུ་བརྗོད་ཅིན་པའི་རིག་བྱེད་ཀྱི་ལྷང་  
 དེ་ཁོ་ན་དང་འགལ་བ་ཡིན། ཡང་གི་སྦྱ་ནི་མི་རིགས་པ་  
 གསལ་བར་བྱེད་པའོ། །གཞན་ཡང་རིག་བྱེད་ལས་བྱུང་  
 བའི་ཚོ་ག་མ་བྱས་པར་བྲམ་ཟེར་མི་འགྱུར་ཞིང་། དེར་  
 མ་གྱུར་གྱི་བར་དུ་རིག་བྱེད་བསྐྱགས་པ་སྟོགས་བྲམ་ཟེའི་  
 སྦྱོད་པ་བྱར་མི་རུང་བར་རིག་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཉིད་ལས་  
 བཤད་པས་བྲམ་ཟེ་ལ་གཉིས་སྦྱོས་ཀྱི་མིང་འཇུག་པའང་

དེ་ཀའས་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདིར་བཟོད་པར་འདོད་པའི་  
 སྒྲེས་བྱ་འདི་ལ་ནི་རིག་བྱེད་ལས་བྱུང་བའི་ཆོ་ག་འདུས་  
 བྱ་བའི་བྱེད་པར་གང་ཡང་མ་བྱས་ཀྱང་། སྒྲ་མའི་བཀའ་  
 ལས་སྤྱོད་སྤྱང་ལ་སོགས་པའི་རིག་བྱེད་བསྐྱགས་པར་  
 བྱས་སོ། །དེ་ཉིད་སྒྲ་བོ་དངོས་པོའི་དཔེའམ་དོན་གཞན་  
 བཀོད་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྐྱབ་པ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ཏེ་  
 འཕྲུལ་དུ་བཅོས་པ་མ་ཡིན་པར་གཤོད་ནས་དག་པའི་  
 ཤེལ་དང་མོར་བུའི་བྱེད་པར་འགའ་ཞིག་སྒྲར་ཡང་དག་  
 ཅིང་གཙང་བ་ཕྱུལ་བྱུང་དུ་སྐྱབ་པར་བྱེད་པའི་འདུ་  
 བྱེད་གཞན་གང་ལའང་སྟོས་པ་མེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་  
 རིག་བྱེད་སྤྱིའི་ལུང་དང་འགལ་བའི་དཔེར་བཟོད་དོ། །

སྐབས་འགར་འགལ་ཡང་སྒྱུན་མེད་པ།



གསུམ་པ་སྐབས་འགར་འགལ་ཡང་སྒྱུན་མེད་པ་ལ།  
དོན་བསྟན་པ་དང་། དཔེར་བཟོད་པ་གཉིས་ལས། དང་  
པོ་ནི།

སྒྱུན་ནི་མཐའ་དག་འདི་ལ་ཡང་། །

རེས་འགའ་སྟན་ངག་མཁན་མཁས་པས། །

སྒྱུན་གྱི་གྲངས་ལས་རབ་འདས་ནས། །

ཡོན་ཏན་ལམ་ནི་རྣམ་པར་འཛིན། །

ཡུལ་སོགས་འགལ་བ་དུག་པོ་དེ་རྣམས་འགའ་ཞིག་ཙམ་  
མ་ཡིན་པར་སྒྱུན་དུག་པོ་མཐའ་དག་འདི་ལ་ཡང་དུས་  
གཏན་དུ་མ་ཡིན་ཀྱང་སྐབས་སུ་བབས་པའི་དུས་རེས་  
འགའ་བསྐྱགས་པའི་ཡུལ་ལ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་  
བཟོད་པར་འདོད་པ་དང་། སྟན་ངག་མཛེས་པར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར་སྟན་ངག་མཁན་མཁས་པས་བཤད་ཟིན་མ་

ཐག་པའི་འགལ་སྒྱུན་དྲུག་པོ་དེ་གང་ཡང་རུང་བའི་  
སྒྱུར་བ། ལྷར་སྒྲུང་བ་འགའ་ཞིག་སྒྱུར་ཡང་དེ་སྒྱུན་དུ་  
བབྲང་བ་ལས་བསྒྲེག་སྟེ་སྒྱུན་བཏང་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་  
ལམ་ལེགས་པའི་རང་བཞིན་འཛིན་པར་བྱེད་དོ།

ཡུལ་འགལ་གྱི་དམིགས་བསལ།

གཉིས་པ་དེ་དཔེར་བརྗོད་པ་ལ་དྲུག་ལས། དང་པོ་ཡུལ་  
འགལ་གྱི་དམིགས་བསལ།

རྒྱལ་པོ་དེ་ཡི་མཐུ་ཡིས་ནི།

དེ་ཡི་སྦྱིད་ཚལ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི།

སྒྲུན་པ་ཡལ་འདབ་གོས་སྒྱུམ་དང་།

ལྷན་པ་དག་གི་གནས་སུ་གྱུར།

བཟླ་པར་འདོད་པའི་རྒྱལ་པོ་འདིའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
མཐུ་ལ་འདས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས། རྒྱལ་པོ་དེ་སྐྱེད་མོས་  
ཚལ་དེ་ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་ཡལ་  
འདབ་ཀྱི་གོས་སྒྱུ་པོ་དང་ལྷན་པ་དག་གི་གནས་སུ་  
གྱུར་ཏོ། །ཞེས་མི་ཡུལ་དུ་ལྷའི་སྟོན་ཤིང་བྱང་བར་བཟླ་  
པ་འདི་ཡུལ་འགལ་ལྷར་སྤང་ཡང་རྒྱལ་པོའི་བསོད་  
ནམས་བྱང་འཕགས་སྟོན་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་སྐྱོན་དུ་  
མི་འགྱུར་ཏེ། སྟོབ་དཔོན་དཔའ་བོས་རྒྱལ་བའི་སྐྱེས་  
རབས་སུ། དེ་ནས་དེའི་བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས་  
དེར། །འདམ་རྩལ་མེད་པར་འདམ་ལས་སྐྱེས་པ་  
བྱང་། །ཞེས་གསུངས་པའང་འདི་དང་ཚུལ་མཐུན་པར་  
སྟོབ་དཔོན་རྩ་བུ་གྲིས་བཞེད་དོ། །

དུས་འགལ་གྱི་དམིགས་བསལ།

གཉིས་པ་དུས་འགལ་གྱི་དམིགས་བསལ་ནི།

རྒྱལ་པོ་འཇིག་པ་གསལ་བྱེད་པ། །

ཀ་དཔྱ་ཡི་རྩལ་དང་འགྲོགས། །

འདབ་བདུན་ལས་འབྱུངས་སྐྱོད་བྱེད་ཅིང་། །

དྲག་པོ་ཡི་ནི་རྒྱང་དག་རྒྱ། །

རྒྱལ་པོ་འཇིག་པ་སྟེ་འཆི་བ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ལྷས་  
ངན་དུ་ཤིང་ཀ་དཔྱ་ཞེས་པའི་མེ་ཏྲོག་ནི་རྩལ་མང་པོ་  
ཅན་ཡིན་པས། དེའི་རྩལ་རྣམས་དེ་དང་ལྷན་ཅིག་དུ་  
འགྲོགས་པའི་ཤིང་འདབ་མ་བདུན་པའི་མེ་ཏྲོག་ལ་  
ཆགས་ཤིང་དེ་གཉིས་ཀ་རྒྱང་དྲག་པོ་རྩལ་པར་རྒྱ་བ་  
རྣམས་ཀྱི་སྐྱོད་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་ཀ་དཔྱའི་  
མེ་ཏྲོག་དབྱར་འབྱུང་ཞིང་། འདབ་མ་བདུན་པའི་མེ་  
ཏྲོག་སྟོན་ཀ་འབྱུང་བས། འདྲོད་འཇོར། འདིའི་ཆེགས་  
སོ་སོ་ལ་ལོ་མ་བདུན་རེ་ཡོད་པས་སྟེ་པ་རྩེ་ལོ་མ་

བདུན་པའོ། །འདིའི་ཤུན་པ་འབྲུག་པོ་ཡིན་པས་བི་ཤུ་ལ་  
དྲུག་ཉེ་ཤུན་པ་འབྲུག་པོའོ། །སྟོན་ཀ་ལ་མེ་ཏོག་འབྱུང་  
བས་ཤུ་ར་དེ་སྟོན་ལྡན་ཏེ་ལྷག་མ་ལ་ཨཾའོ། །ཞེས་  
འབྱུང་། དེས་ན་འདིར་དེ་གཉིས་ལྡན་ཅིག་པར་སྟོན་  
པས་ན་དུས་དང་འགལ་བ་ཡིན་མོད་ཀྱང་། རྒྱལ་པོ་འཆི་  
བའི་ལྷས་ངན་སྟོན་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་ན་སྟོན་མེད་  
པའོ། །

སྐྱུ་རྩལ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།  
གསུམ་པ་སྐྱུ་རྩལ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ་ནི།  
ཁྱོགས་ཀྱིས་རབ་བསྐྱུལ་སྐྱག་པ་ཡི། །  
སྐྱེ་བོ་བུད་མེད་ཁས་བཟོད་སྟེ། །  
སྐབས་མི་མཉམ་པས་འདོད་ལྡན་གྱི། །  
ཆགས་པ་དག་ནི་འཕེལ་བར་བྱེད། །

ཁྱོགས་ཏེ་དོ་ལི་ཤིན་ཏུ་སྒྲིང་ཅིང་བསྐྱལ་བས་སྒྲག་པའི་  
 བུད་མེད་ཀྱི་སྒྲེ་བོའི་ཁས་བཟོད་པའི་སྒྲུ་མུར་བ་དང་  
 བར་མ་ལ་སོགས་པ་ཉིད་སྒྲུ་རྩལ་ཡིན་ལ། འོན་ཀྱང་དེ་  
 ཉིད་སྒྲུ་བས་མི་མཉམ་པ་སྒྲེ་རང་རང་གི་མཆོན་ཉིད་  
 དང་མི་ལྡན་པས་ཀྱང་འདོད་ལྡན་རྣམས་ཀྱི་ཆགས་པ་  
 འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་བཟོད་པ་འདི་སྒྲུ་སྒྲུ་བས་མི་  
 མཉམ་པས་ཆགས་པ་འཕེལ་བར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་སྒྲུ་  
 རྩལ་དང་འགལ་མོད་ཀྱང་། ཆགས་པ་ཕུལ་བྱུང་སྟོན་  
 པའི་སྒྲིང་ཏུ་བཟོད་པ་ལ་སྒྲིན་མེད་དེ། ཆེས་ཤིན་ཏུ་  
 འདོད་ལྡན་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་སྒྲེ་བའི་རྒྱུ་ཏུ་མི་  
 འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་མཆོན་ཅིང་སྟོན་པའོ། །

འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།  
 བཞི་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ་ནི།  
 ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་ལས་བསིལ་བ། །

བསྐྱེད་བྱ་འཛིན་པར་འདོད་ལྡན་ནི། །

བྱད་མེད་དང་བྲལ་ཉེན་མོངས་ཀྱིས། །

འབྲུག་ས་པ་འདི་ཡིས་རྩེ་བར་བྱེད། །

ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་ལས་བྱུང་བའི་རེག་བྱ་ཤིན་ཏུ་བསེལ་  
བའང་བསྐྱེད་བྱ་འཛིན་པ་མེད་རང་བཞིན་ཏུ་འདོད་པ་  
དང་ལྡན་པ་གང་ཞིག་རང་གི་དགའ་མ་དང་བྲལ་བའི་  
གདུང་བས་རྒྱུད་འབྲུག་ས་ཤིང་གཟེར་བ་འདི་ཡིས་རྩེ་  
བར་བྱེད་ཅིང་བརྗོད་དོ། །ཞེས་པ་འདི་ཡང་ཤིན་ཏུ་  
བསེལ་བ་ཟླ་བའི་རེག་པ་མེ་རུ་བརྗོད་པས་འཇིག་རྟེན་  
དང་འགལ་ཡང་བྲལ་བས་ཉེན་པའི་གདུང་བ་ཕུལ་བྱུང་  
སྟོན་པ་ལ་སྤྲ་མ་ཉར་སྟོན་ཏུ་མི་འགྱུར་བའོ། །འདིའི་  
གཞུང་ཆོག་རྒྱ་དཔེའི་ནམ་དབྱེ་སྦྱར་ཚུལ་དང་མཐུན་  
དགོས་པས། ཟླ་བའི་འོད་ཟེར་རབ་བསེལ་བ། ཞེས་  
བསྐྱུར་བ་མི་ལགས་སོ། །

རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།

ལྷ་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ་ནི།

གཞལ་བྱ་ཡིན་ཡང་གཞལ་བྱ་མིན། །

ཆ་ལྡན་ཡིན་ཡང་ཆ་ལྡན་མིན། །

གཅིག་ཉིད་ཡིན་ཡང་གཅིག་ཉིད་མིན། །

སྒྲ་ཚྲགས་གཟུགས་སྟོང་ལ་ཕྱག་འཆལ། །

གསལ་བའི་གཟུགས་སུ་སྒྲ་ཞིང་རྗེས་དཔགས་ཀྱི་ཚད་

མས་རྟོགས་བྱའི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་གཞལ་བྱ་ཡིན་

ཡང་ངོ་བོ་མི་གསལ་ཞིང་མཚག་དམ་པའི་དོན་ཉིད་

མདོན་སུམ་གྱིས་རྟོགས་བྱའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་

གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པ་དང་། ས་ལ་སྐྱགས་པ་ཇི་སྟེད་པའི་

གཟུགས་ཡིན་པས་ཆ་ལྡན་ཡིན་ཡང་། དམ་པའི་བདག་

ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་ཆ་དང་བྲལ་བས་ཆ་ལྡན་མིན་



མོ། །ཚངས་པའི་གཟུགས་རྟག་པ་གཅིག་ཕུ་ཉིད་ཡིན་  
 ཡང་། ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་སྣ་ཚོགས་ཡོད་པའི་བྱེར་  
 གཅིག་ཕུ་ཉིད་མིན་པ་ཡང་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་སྣ་ཚོགས་པའི་  
 གཟུགས་ཅན་བརྟན་གཡོ་ཀྱན་གྱི་རང་བཞིན་ཚངས་པ་  
 ཆེན་པོ་ཁྱོད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །ཞེས་པ་འདི་ནི་གཞི་  
 གཅིག་ཚངས་པའི་སྟེང་དུ་གཞལ་བྱ་ཡིན་མིན་སོགས་  
 གཉིས་ཀ་ཚང་བ་འདི་ལྟ་བུ་གནས་སྐབས་སུ་རིག་པས་  
 དབྱུང་ན་འགལ་བ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་། ཚངས་པ་དམ་པའི་  
 གཟུགས་སྣ་ཚོགས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པར་གསལ་བར་  
 བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་ན་སྟོན་མེད་པའོ། །འདིར་  
 བརྗོད་དོན་དང་ཕྱག་བྱ་བའི་ཡུལ་བོད་འགྲེལ་མང་པོར་  
 ལྟ་དབང་ཕྱག་ཡིན་པར་བཤད་པ་ནི་མོར་བ་སྟེ། རྒྱལ་  
 འགྲེལ་ནས་ཚངས་པ་ཁོ་ནར་བཤད་དོ། །  
 ལྷ་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ།

དུག་པ་ལྷང་དང་འགལ་བའི་དམིགས་བསལ་ནི།

སྐྱབས་ལེན་བྱ་ཆུང་དག་གི་ནི། །

ཆུང་མ་ལྷ་ལེན་བྱ་མོ་སྟེ། །

དག་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར། །

འདི་འདྲ་ལྟ་ཡི་སྐྱབས་བྱེད་དོ། །

འདི་ནི་སྟོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལས་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་པར་  
བྱ་དགོས་པས། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་ཐོས་ཏེ། གཡུལ་ངོར་  
བརྟན་པ་དང་། འཇིག་སྤེ་དང་། སྤེད་སྐྱབས་དང་། ལྟར་  
བཅས་དང་། རིགས་མེད་དེ། སྐྱབས་ལེན་བྱ་ཆུང་གྲགས་  
པའི་ཕ་རྒྱལ་པོ་སྐྱབས་ལེན་དེ་ཉིད་རི་དྲགས་ལ་ཆས་པ་  
དང་། དེའི་ཆོ་དྲང་སྤང་ངན་འདུལ་ཞེས་བྱ་བ་ཞིག་རི་  
དྲགས་ཀྱི་གཟུགས་སུ་གྱུར་ནས་རི་དྲགས་མོ་དང་ལྟན་  
ཅིག་འདོད་པའི་དགའ་བ་ཉམས་སུ་སྤྱོད་བར་གྱུར་པ་

ན། སྐྱ་བསེང་གིས་ངོ་མ་ཤེས་ཏེ་མདས་བསྐྱུན་པ་དང་།  
 དེའི་རྗེས་ཐོགས་ཉིད་ལ་དྲང་སྟངས་དེ་རང་གི་གཟུགས་  
 སུ་གནས་ཏེ། ཁྱོ་བའི་དབང་གིས་ཇི་ལྟར་སྟོང་གྱིས་ང་  
 དགའ་བ་སྟོང་པ་ན། དགའ་བ་ཉམས་སུ་མ་སྟོང་བ་ཉིད་  
 དུ་འཇིག་རྟེན་གཞན་དུ་འགོ་བར་འགྱུར་བར་བྱས་པས་  
 སྟོང་གྲང་དེ་བཞིན་དུ་འཆི་བར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དམོན་  
 པ་བཏབ་པོ། དྲང་སྟངས་གི་ཆུང་མས་གྲང་ཤིང་གི་ཕུང་  
 བོ་ཆེན་པོའི་སྟེང་དུ་འཇིགས་ཏེ། སྟོང་གྱི་ཆུང་མ་ཡང་  
 སྟོང་ཤི་ནས་བསྐྱེད་པའི་ཤིང་བཙེགས་པ་ལ་འཇིགས་  
 པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་དམོན་པའི་ཆོག་སྐྱས་སོ། སྐྱ་བསེང་  
 ལ་མ་དྲི་དང་ཀུན་དྲི་ཞེས་བྱ་བའི་ཆུང་མ་གཉིས་ཡོད་  
 པ་དང་། རྒྱལ་པོ་དམོན་པའི་འཇིགས་པས་དེ་དང་ལྷན་  
 ཅིག་སྟོང་པར་བྱེད་མ་རུས་སོ། དེའི་ཆོ་ཀུན་དྲིས་བསམ་  
 པ། ངས་ནི་དྲང་སྟངས་གནས་ངན་ལས་རིག་སྒྲགས་ཐོབ་  
 ལ། དེས་ངའི་མངོན་པར་འདོད་པ་གཅིག་ནི་བསྐྱབས་

ཟེན་མོད་ཀྱི། དེས་ནི་ད་དུང་ཡང་ལན་བཞི་བར་དུ་  
 འདོད་པའི་དོན་བྱེད་པར་འགྱུར་གྱིས། གལ་ཏེ་རྒྱལ་  
 བོས་གནང་ན་དེའི་ཆོ་ངས་བྱ་སྐྱེད་པའི་བྱ་བ་བྱའོ་སྙམ་  
 མོ། རྒྱལ་པོ་ཡང་ཐབས་གང་གིས་ང་ལ་བྱ་ཡོད་པར་  
 འགྱུར་སྙམ་དུ་བསམ་མོ། །དེ་ནས་དབེན་པར་སོང་སྟེ་  
 རྒྱལ་པོ་ལ་དོན་དེ་སྤྲོས་པ་དང་། དེ་ཐོས་པས་རྒྱལ་པོ་  
 དགའ་སྟེ། དེ་ལ་རྒྱུ་ལྷ་གནང་བ་བྱེན་ནོ། །དེ་ཁང་པར་  
 རྒྱགས་ནས་རིག་སྤྲུགས་བཞུས་ནས་ཆོས་ཞེས་བྱ་བའི་སྟ་  
 ང་དང་སྐྱེད་པའི་བྱུར་ཤོག་ཅིག་ཅེས་སྤྲོས་པ་དང་། རི་  
 ཅམ་ན་ཆོས་འོངས་ཏེ་དེ་དང་སྟན་ཅིག་འདུས་པ་ལས་  
 གཡུལ་ངོར་བརྟན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་སྐྱེས་སོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་རྒྱང་སྟ་བཀྲ་གསེ་འདུས་པ་ལས་འཇིག་ཟེའོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་བརྒྱ་བྱེན་བཀྲ་གསེ་འདུས་པ་ལས་སྤེད་སྐྱབ་  
 སྐྱེས་སོ། །རི་ཅམ་ན་མ་དྲི་བྱ་མེད་པས་ཐུང་ན་གྱིས་ཡིད་  
 གདུངས་ཏེ། ང་ནི་འཆི་བར་བྱའོ་ཞེས་སྤྲོ་ཞིང་ཐུང་ན་

བྱེད་ལ། ལྷ་མ་པ་འི་ཆོག་གིས་ཀྱན་དྲི་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་  
 པ། རིག་སྒྲགས་དེ་ང་ལ་ལན་ཅིག་བྱིན་ཅིག་གལ་ཏེ་ན་  
 བདག་ལ་ཡང་བྱ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲགས་པ་དང་།  
 དེ་སྐྱེ་བམེད་ལ་དྲིས་ཏེ་རིག་སྒྲགས་དེ་བྱིན་ནོ། །དེས་  
 ཀྱང་རིག་སྒྲགས་བསྐྱེད་ནས་སྟེ་སྐྱེན་པ་ཐ་སྐྱར་སྐྱེན་  
 གཉིས་བཀྱག་སྟེ། དེ་གཉིས་དང་འདུས་པ་ལས་སྟེ་  
 བཅས་དང་། ན་ཀྱ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་མཆོ་མར་དུས་  
 གཅིག་དུ་སྐྱེས་སོ། །ཇི་ཙམ་ན་སྐྱེ་བམེད་གིས་ས་ཆེན་པོ་  
 ལས་རྒྱལ་བར་བྱས་ཏེ་ཡུལ་འཁོར་སྤང་ལ་བྱིན་ནས།  
 བདག་ཉིད་དང་། རྒྱུང་མ་གཉིས་དང་། རྒྱ་ཡང་བྱིར་ཏེ།  
 རི་བོ་རྩེ་མོ་བརྒྱ་པར་སོང་ནས་ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་ལ་  
 བཙོན་པར་གནས་པ་ན། དེ་ཡུན་རིང་པོ་ཆངས་པར་  
 སྦྱོད་པ་སྦྱོད་པ་དང་། མ་དྲིའི་གཟུགས་སྤྱུག་པ་མཐོང་  
 བས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་སྐྱེས་ཏེ། ཁོ་བོ་ཤི་བ་ནི་  
 སྐྱེའི་འདི་དང་སྐྱེན་ཅིག་དགའ་བ་ཉེ་བར་ལོངས་མི་

སྒྲིང་པ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་མོ་སྒྲིང་ནས། དེ་དང་སྒྲིན་ཅིག་  
 ཏུ་སྒྲིང་པར་བརྩམས་པ་དང་། དེའི་ཆེ་ཉིད་དུས་ལས་  
 འདས་པར་གྱུར་ཏོ། །ཇི་ཙམ་ན་བསྟེ་གནས་དེ་ན་དྲང་  
 སྒྲིང་ཆེན་པོ་གང་དག་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྒྱུག་  
 བསྐྱལ་བར་མཐོང་བས་མགོན་མེད་པར་གྱུར་པའི་རོ་  
 དང་། མ་དྲི་དང་། ཀུན་དྲི་དང་བུ་ལྷ་པོ་བྱེད་ཏེ་ཡུལ་  
 འཁོར་སྒྲིང་གི་གན་དུ་ཕྱིན་ནས། དེ་དང་ཇི་ལྟར་  
 མཆོམས་པའི་བསྟེག་ཤིང་བརྩེགས་ཏེ། བསྟེན་བཀྱར་  
 ཆེན་པོས་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་སྒྱུ་བསེང་ལ་ཡུལ་འཁོར་  
 སྒྲིང་གིས་མཆོད་དོ། །མ་དྲིས་ཀྱང་བུ་གཉིས་ཀུན་དྲི་ལ་  
 གཏད་དེ། རོ་བསྟེགས་སར་བདག་ཉིད་དོར་རོ། །དེ་ནས་  
 ཇི་ཙམ་ན་འཐབ་དགའ་ལ་སོགས་པ་དང་། གཡུལ་ངོར་  
 བརྟན་པ་ལ་སོགས་པ་འཕོང་སྟོབ་པའི་གནས་སུ་སྒྲིན་  
 ཅིག་ཆོགས་ཏེ། གྲི་པ་དང་གྲོ་ན་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་  
 ཆའི་ཐབས་ཀྱི་རིག་པ་སྟོབ་པ་ན། རྩ་ཅན་ལས་འཁོར་

གཟུགས་སུ་གྱུར་ཏེ། སྐྱབས་མེད་གི་བུ་ལྷ་རྒྱ་སྐྱེགས་ཀྱི་ཁང་  
 པར་བཟུག་པ་དང་། དེ་ནས་མཚན་མོ་བྲོས་ནས་སྤོ་  
 ཏི་དེམ་པ་བསད་དེ། དེའི་སྤྱིང་མོ་འཇིགས་སྡེ་སྤངས་  
 ནས་དེ་ལས་བུ་བུམ་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བ་སྐྱེས་སོ། །དེ་ནས་སྤང་  
 སྟེ་གྲོང་བྱིར་འཁོར་ལོ་གཅིག་པར་སྤང་བ་དང་། དེའི་  
 ལམ་ཁར་རྒྱས་པ་དང་ཕྱད་ནས་དབུགས་ཕྱུང་སྟེ། རྒྱལ་  
 སྤྱིང་དང་རྒྱུང་མ་ཐོབ་པའི་མཚན་བྱིན་ནོ། །དེ་ནས་གྲོང་  
 བྱིར་དེར་བྱིན་ནས་བམ་བེ་ཞེག་གི་བྱིམ་དུ་ལོ་བཞི་  
 འདུག་སྟེ། དེ་ལ་ཕན་པར་བྱ་བའི་བྱིར་སྤོ་པོ་རྒྱ་སྐྱུར་  
 ཞེས་བྱ་བ་བསད་ནས་གྲོང་བྱིར་ལྷ་ལེན་དུ་སྤང་སྟེ། རྒྱལ་  
 པོ་རྣམས་བུད་མེད་གདམ་པའི་སྐབས་སུ། རྩོལ་བ་དྲུ་ཞེས་  
 བྱ་བའི་རྒྱུང་མ་ཐོབ་པ་དང་། སྤོ་ལྷས་སྤྱིར་སྤངས་ནས་  
 ལོ་གཅིག་འདུག་སྟེ། དབང་པོའི་གནས་ཞེས་བྱ་བར་  
 སྤང་ནས་རྒྱལ་སྤྱིང་ཐོབ་པོ། །ཞེས་གྲག་གོ། དེ་ལྟར་ན་  
 རྒྱུང་མ་གཅིག་ལ་སྐྱེས་པ་མང་པོས་བྱན་མོང་དུ་ལོངས་



སྤྱད་ན། སྤྱད་མེད་དེ་འཆོལ་བར་འགྱུར་ཞེས་རིག་བྱེད་  
 གྱི་ལྷང་ལས་བཤད་པའི་ཉེས་པ་འབྱུང་ངམ་ཞེ་ན་མི་  
 འབྱུང་སྟེ། རྒྱུ་མ་རྩི་པ་དྲི་དེ་བདག་པོའི་བརྒྱལ་ཁྱེལ་  
 ཅན་རྣམས་ལས་མཆོག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་། སྐྱབས་པེང་བྱ་ལྡ་པོ་  
 བྱི་བཤད་ཟེན་མ་ཐག་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལས་ཇི་ལྟར་འབྱུང་  
 བ་བཞིན་ལྟའི་རིགས་སུ་གྱུར་པས། ལྟ་དེ་རྣམས་གྱི་མཐུ་  
 བྱི་སྤྱས་ཀྱང་བསམ་པ་དང་གཞལ་བར་མི་རྒྱས་པའི་  
 བྱིར། སལ་པ་རྣམས་གྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ལས་ཡོངས་སུ་འདས་  
 པས་རྒྱུ་མ་རྩི་པ་དྲི་དེ་རྒྱལ་པོ་སྐྱབས་པེང་གི་བྱ་སྤྱན་  
 ལས་སྤྱན་མོང་ཏུ་ཡོངས་སྤྱད་པ་དེ་ལྟ་ནའང་འཆོལ་  
 པར་མི་འགྱུར་བར་མ་ཟད། དག་ཅིང་གཙང་བ་རྣམས་  
 གྱི་འང་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ་ལྟའི་མཐུའམ་ལྟའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 གྱིས་སོ། །ཞེས་རྒྱུ་མ་རྩི་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ཏུ་ལྟའི་མཐུ་  
 བཀོད་པ་འདི་ལྟ་བུ་ནི་རིགས་པའམ་གྲུབ་མཐའ་དང་  
 འགལ་བ་ལྟར་སྤང་མོད་ཀྱང་། ལྟའི་མཐུ་གསལ་བར་



བྱེད་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་སྒྲིན་མེད་པར་བསམ་  
 ནས་འདིར་དཔེར་བཅུང་པའོ། །དེ་ཡང་དེ་དག་ལ་  
 མཆོག་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱི་རོལ་པ་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་དཔེར་བཅུང་པ་ཡིན་མོད། ཡང་  
 དག་པར་ན་སྒྲིན་དུ་ཅིའི་ཕྱིར་མི་འགྱུར་ཏེ་ངེས་པར་  
 འགྱུར་བས། སློབ་དཔོན་མཐོ་བཙུན་གྲུབ་རྗེས་བྱུང་པར་  
 འཕགས་བསྟོད་དུ། སྐྱབས་པེང་བུ་ནི་བཅུང་བྱས་  
 བ། །བསོད་ནམས་འགྱུར་ཞེས་སོ་སོར་སྒྲ། །གང་ཞིག་  
 བཤོད་མིན་བཤོད་བྱེད་པ། །དེ་རྣམས་ཁྱོད་ཀྱི་བསྟན་ལ་  
 སྒྲ། །ཅེས་དང་། འདི་ཐད་ཀྱི་འགྲེལ་པར། སློབ་དཔོན་  
 ཤེས་རབ་གོ་ཆས། དེ་ལྟར་ན་སྐྱབས་པེང་གི་བུ་དེ་རྣམས་  
 ཀྱི་མིང་བཅུང་པ་བྱས་པས་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་  
 བསགས་པ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་  
 དག་སྒྲུའོ་ཞེས་འཛིག་ཏེན་ན་ཐོས་སོ། །དེ་ཡང་། མཁས་  
 པ་སྐྱབས་པེང་རྣམས་ཀྱི་ནི། །མིང་ནི་བཟུང་བ་ཙམ་གྱིས་

གྲུང་། །བསོད་ནམས་ཆེ་དང་ལྷན་པར་ནི། །འགྱུར་བ་  
 ཉིད་དུ་ཐེ་ཆོམ་མེད། །ཅེས་ཟེར་བ་ཡིན་ནོ། །བརྗོད་བྱས་  
 ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཀུན་དུ་བརྗོད་ཅིང་མིང་འཛིན་ལ་དེ་  
 དང་ལྷན་པའི་གཏམ་བརྗོད་པར་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་  
 ཏོ། །གང་བརྗོད་པས་ཤེ་ན། སྐྱབས་ལེན་བྱ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་  
 སྒྲིམ་ཏེ། རྒྱལ་པོ་སྐྱབས་ལེན་གི་བྱ་ཡིན་པས་ན་སྐྱབས་ལེན་  
 གི་བྱ་སྟེ། གཡུལ་ངོར་བརྟན་པ་ལ་སོགས་པའོ། །བསོད་  
 ནམས་འགྱུར་ཅེས་བྱ་བ་ནི་བསོད་ནམས་ལ་སོགས་པར་  
 འགྱུར་རོ་ཞེས་རྒྱས་པར་སྤྲོ། །ཅི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བརྗོད་  
 པའམ། འོན་ཏེ་རེ་རེའི་བརྗོད་པས་ཤེ་ན། སོ་སོའི་ཞེས་  
 བྱ་བ་སྒྲིམ་ཏེ་རེ་རེ་ནས་ཞེ་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །གང་ཞིག་  
 བཤོད་མིན་བཤོད་བྱེད་པ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ། སྐྱུན་ལྔའི་  
 རྒྱུང་མ་ནི་བཤོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ལ་གང་  
 ཞིག་བཤོད་པ་དེ་དག་ནི་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་ཤིན་དུ་  
 སྤང་བ་ཡིན་པས་ན་དེ་དག་ནི་བཤོད་མིན་བཤོད་

ཕའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་མཚན་མ་  
 གོ་བར་འདིར་ལུང་དང་འགལ་ཞེས་པའི་ལུང་དེ་བྱད་  
 ཕར་འཕགས་བསྟོད་ཀྱི་ལུང་འདི་ཉིད་ལ་ངོས་འཛིན་པ་  
 རི་མི་འཐད་དེ། འདི་རི་མུ་སྟེགས་བྱེད་རྣམས་ཀྱི་གྲུབ་  
 མཐའི་སྒྲིན་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་  
 པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་འགལ་བའི་བྱད་ཕར་བཟོད་ནས་  
 བསྟོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །དེ་མུ་སྟེགས་པའི་ལུང་དུ་ག་  
 ལ་འགྱུར་ཞིང་། དེས་ན་འདི་དང་འགལ་བ་ཙམ་སྐབས་  
 འདིའི་ལུང་དང་འགལ་བར་བཞག་མི་རུང་སྟེ། དེ་ལྟ་ན་  
 རྣང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅས་  
 རྣམས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཕྱི་རོལ་པའི་གྲུབ་མཐའ་  
 ཐམས་ཅད་དེར་འགྱུར་བར་དེ་རྣམས་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 འདོད་དགོས་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ལུང་  
 དང་འགལ་རྒྱ་རི་སྐྱབས་བསེང་བུ་ལྲས་བུན་མོང་དུ་ལོངས་  
 སྟུང་ཀྱང་བུད་མེད་འཆོལ་བར་མི་འགྱུར། ཞེས་བཟོད་

པ་འདི་རིག་བྱེད་ནས་བཤད་པའི་ལུང་དང་འགལ་  
བའོ། །

སྟན་ངག་གི་མཚན་ཉིད་སྤྱི་ལོ་དོན་བསྟུ་བ།  
གསུམ་པ་སྟན་ངག་གི་མཚན་ཉིད་སྤྱི་ལོ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།  
སྤྱི་དོན་རྒྱན་ནི་བཟླ་བ་དང་། །  
བྱ་སྤྱི་བྱ་དཀར་དག་གི་ལམ། །  
སྟན་ངག་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སྤྱི་བ། །  
དེ་ལྟར་མདོར་བསྟུས་རབ་ཏུ་བསྟན། །

སྟན་ངག་གི་ལུས་རྣམ་པར་མཛེས་པར་བྱེད་པ་སྤྱི་ལོ་  
རྒྱན་དང་དོན་ཀྱི་རྒྱན་དག་གི་བྱེད་བྱ་རྣམ་པར་བཟླ་བ་  
སྤྱི་ལོ་ཆོག་པ་དང་། རྒྱུ་ལོ་བཤད་པས་བྱ་སྤྱི་བ་དང་། དེ་  
ལས་སྤྱི་བ་བྱ་དཀར་བ་དང་། ལུང་ལྟན་ཀྱི་ལུང་པར་

ལ་སོགས་པའི་སྟན་ངག་གི་ལམ་རྣམས་དང་། དེ་རྣམས་  
གྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྟོན་གྱི་བྱང་པར་དང་། གཞན་ཡང་  
སྦྱར་བ་ལ་སོགས་པ་བྱན་མོང་དང་བྱན་མོང་མ་ཡིན་  
པའི་རྒྱན་ཇི་ལྟར་སྦྱར་བའི་ཚུལ་རྣམས་དེ་ལྟར་བརྗོད་  
ཟིན་པའི་རྣམ་པས་སྤར་ཐོག་མར་དམ་བཅས་པ་དེ་ཇི་  
ལྟ་བ་བཞིན་དུ་མདོར་བསྐྱུས་ནས་བསྟན་ཅིང་རྟོགས་  
པར་བྱས་སོ། །

སྟན་ངག་ཤེས་པའི་ཕན་ཡོན།

གསུམ་པ་སྟན་ངག་ཤེས་པའི་ཕན་ཡོན་ནི།

སྦྱབ་བྱེད་བསྟན་པའི་ལམ་འདིས་སྟོན་དང་ཡོན་ཏན་  
དག །

རབ་དུ་རྟོགས་པའི་སློ་ཅན་སྐལ་བཟང་དབང་གྱུར་  
པའི། །

ལང་ཚོ་ཅན་བཞིན་དགའ་དང་གྲགས་པ་ཐོབ་པར་

སྟན་ངག་གི་རྒྱན་ཇི་ལྟར་སྒྱུར་བའི་ཚུལ་ལམ་སྟན་ངག་  
 གི་མཚན་ཉིད་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པའི་ཆོ་ག་བསྟན་པའི་  
 ལམ་འདི་སྟན་ངག་དང་འབྲེལ་བའི་སྤང་བྱ་སྒྱུན་དང་  
 སྤང་བྱ་ཡོན་ཏན་དག་རབ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཅན་  
 གྱི་མཁས་པ། ཚུལ་བཞིན་ལེགས་པར་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་  
 པའི་སྐལ་པ་བཟང་པོའི་དབང་དུ་གྱུར་པ་གང་དེ་ལ་  
 སྒྱུར་བ་སྒྱུན་དང་བྲལ་ཞིང་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 དཔལ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 ཡིད་འཕྲོག་པར་རུས་པའི་སྟན་ངག་གི་ཆོག་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་དག་རང་གི་སྒྲོ་ལས་ངང་གིས་འབྱུང་ཞིང་དེ་

དང་ནམ་ཡང་འབྲེལ་མེད་དུ་འགྲོགས་པས་སྙིང་ལ་  
 དགའ་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུའི་གྲགས་པ་ཡོན་ཏན་གྱི་སྒོ་  
 རས་སྐྱེ་བོ་མང་པོས་ཐོས་པ་དང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 ཤེན་ཏུ་ཡིད་འཕྲོག་ཅིང་སྒོན་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ནི།  
 ཇི་ལྟར་ཆང་མིག་མ་སྟེ་ཆང་གི་མྱོས་པའི་མིག་ལྟར་བེམ་  
 བྱར་བ་ལྟ་བུའི་མཛེས་མ་དག་དང་། སྐྱེས་ཕྱན་ལང་ཚོའི་  
 དང་པོ་ལ་བབས་པ་དག་གསར་དུ་འགྲོགས་པ་བཞིན་  
 དུ་སྙིང་ལ་དགའ་བ་དང་གཞན་ལ་གྲགས་པ་ཐོབ་པར་  
 འགྱུར་ཞེས་པ་འདི་ནི་གནས་སྐབས་འཇིག་རྟེན་ན་ཇི་  
 ལྟར་གྲགས་ཅོམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པས་མཚོན་ནས།  
 གཞན་ཡང་འདྲལ་བ་གཞིར། བྲམ་བེ་ཞིག་གིས་སངས་  
 རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་ལ། གསེར་གྱི་མདོག་ཅན་མིག་  
 ཏུ་སྒྱུག་པ་དང་། །སོགས་ཚིགས་སུ་བཅད་པའི་སྟན་པ་  
 གིས་བསྟོད་པས། དགོ་བའི་རྩ་བ་འདིས་བསྐྱེད་པ་ཉི་  
 ཤུར་ལོག་པར་སྤྱང་བར་འགྲོ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། འོན་

ཀྱང་ལྷ་དང་མི་རྣམས་སུ་ཉིང་མཚམས་སྦྱར་ཅིང་འཁོར་  
 རས་སྤྱིད་པ་ཕྱི་མ། སྦྱེ་གནས་ཕྱི་མ་དང་། ལྷས་ཕྱི་མ་  
 དང་། བདག་གི་ངོ་བོ་ཐོབ་པ་ཕྱི་མ་ལ་རང་སངས་རྒྱས་  
 བསྟོན་འོས་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ལུང་བསྟན་  
 པས་དགོ་སྟོང་རྣམས་ཐེ་ཚོམ་སྦྱེས་ནས་སྤར་ཡང་དེའི་  
 རྒྱ་ལྷས་པས། ད་ལྟར་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི་སྤར་  
 འདས་པའི་དུས་ན་ཡང་། ལྷ་རྣམས་ཀྱི་སྤར་པོ་ཚངས་  
 སྦྱོར་ཞེས་བྱ་བ་སྟན་ངག་ལ་ལྷག་པར་དགའ་བ་ཞིག་གི་  
 བཞོན་པ་སྤང་བོ་ཆེར་ང་ཉིད་ཀྱུར་པའི་ཆེ་ནའང་། འདི་  
 བྲམ་ཟེ་སྟན་ངག་མཁན་གྱུར་པས། ས་སྤང་བུ་ཡི་ལྷས་ཀྱི་  
 ཤ་ཚུགས་ལྟར། །སོགས་ཆོགས་སུ་བཅད་པས་བཞོན་པ་  
 སྤང་བོའི་དམ་པ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་པར་གྱུར་  
 ཏོ། །དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ཀྱི་སྤང་བོ་ཆེ་དམ་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ནི་ང་ཉིད་ཡིན་ནོ། །བྲམ་ཟེ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བྲམ་ཟེ་  
 འདི་ཉིད་ཡིན་ཏེ། རྒྱལ་པོས་གྲོང་བྱེར་གྱི་མཚོག་ལྷ་ཡང་



དེའི་ཆེ་དེ་ལ་བྱེན་པར་གྱུར་ཏོ། །ཞེས་འབྱུང་བ་དང་།  
 སྒར་ལེའུ་དང་པོར་ཡང་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་  
 ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་ཡུལ་དམ་པ་ལ་སྟན་ངག་གི་  
 ཆོག་ས་སུ་བཅད་པས་བསྟོད་པ་ནི་མངོན་པར་རྫོགས་  
 པར་འཛང་རྒྱ་བའི་རྒྱར་ཡང་ངེས་པར་འགྱུར་ན། ལྷག་  
 མ་སྒྲེ་གསུམ་གྱི་འབྲས་བུ་མཐའ་དག་ཅི་དགར་འབྱུང་  
 བ་ལྟ་སྒྲོས་ཀྱང་ཅི་དགོས་པས་སྒྲོ་ལྷན་རྣམས་ཀྱིས་  
 འབད་པས་དོན་དུ་གཉེར་བར་བྱའོ། །ཞེས་སྒྲོབ་དཔོན་  
 དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་མཛད་པའི་རྒྱན་གྱི་བཟུན་བཅོས་  
 སྟན་ངག་གི་མེ་ལོང་ལས་བྱ་དཀའ་བའི་རྣམ་པར་  
 བཅད་པ་སྟེ་ལེའུ་གསུམ་པའི་དོན་རབ་ཏུ་བྱེ་བ་རྫོགས་  
 སོ། །

འདིར་བཀོད་པའི་གཞུང་ཆོག་གི་འགྱུར་ནི་ཤོང་འགྱུར་ཅ་བ་ལ་དཔང་ལོ་  
 ཆེན་པོས་ཅུང་ཟད་བཅོས་པ་དག་དང་། དུས་ཕྱིས་ན་ལུ་ལོ་རྩ་བ་ཆོས་སྦྱང་  
 བཟང་པོས་ཀྱང་འགྱུར་བཅོས་ཅུང་ཟད་མཛད་པ་བཞིན་སྒྲིགས་སྟོན་རིན་  
 ཆེན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱི་ཕྱག་བྲིས་མ་ངོ་མ་སྐད་གཉིས་ཤན་སྐར་ལ་བྱེ་མོར་མཛད་དེ་

གདན་ས་ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་བསྟན་ཆོས་འཁོར་དུ་པར་ལ་སྤར་ནས་  
འཁོད་ཟེན་པ་ཉིད་ལ་སྤར་ཡང་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ཆུ་འབྲུག་ལོ་  
འཇམ་མགོན་ཀུན་མཁྱེན་སྤྱི་མཁས་ཀྱི་དཔེ་གཉིས་དང་བསྟན་ནས། རྒྱ་སྐད་ལ་  
ཁྱེས་དག་དང་། བོད་སྐད་ལ་འང་མི་བཅོས་ཀ་མེད་རྣམས་པར་ལ་འཆོས་སྒྱུར་  
གནང་བ་རྣམས་དང་། གཞུང་འདིའི་ལྷགས་བཤད་ཁོ་བོ་ལ་སྤྱིར་བཏགས་  
དེན་དུ་སྦྱལ་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱ་འབྲེལ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་དོན་དང་བསྟན་ནས་  
འཕྲལ་འཕྲལ་འགྱུར་བཅོས་གནང་བ་རྣམས་ཟེན་བྲིས་སུ་བཏབ་ནས་བཀོད་  
བ་ཡིན་ནོ། །